ੴ सतिगुर प्रसादि ॥
गुर गिआन अंजन सचु नेत्री पाइआ ॥
अंतरि चानणु अगिआनु अंधेरु गवाइआ ॥

गुरमति ज्ञान

(धर्म प्रचार कमेटी का मासिक पत्र)

माघ-फाल्गुन, संवत् नानकशाही ५४०
फरवरी 2009 वर्ष २ अंक ६
संपादक *सहायक संपादक*
सिमरजीत सिंह सुरिंदर सिंह निमाणा
एम. ए., एम. एस. सी. *एम. ए. (हिंदी, पंजाबी), बी. एड.*

चंदा

सालाना (देश)	१० रुपये
आजीवन (देश)	१०० रुपये
सालाना (विदेश)	२५० रुपये
प्रति कापी	३ रुपये

चंदा भेजने का पता
सचिव, धर्म प्रचार कमेटी
(शिरोमणि गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी)
श्री अमृतसर-१४३००६
फोन : 0183-2553956-57-58-59
एक्सटेंशन नंबर : वितरण विभाग **303**
संपादन विभाग **304**
फैक्स : 0183-2553919
e-mail : gyan_gurmat@yahoo.com
website : www.sgpc.net

विषय-सूची

गुरबाणी विचार

फलगुनि मनि रहसी प्रेमु सुभाइआ ॥
अनदिनु रहसु भइआ आपु गवाइआ ॥
मन मोहु चुकाइआ जा तिसु भाइआ करि किरपा घरि आओ ॥
बहुते वेस करी पिर बाझहु महली लहा न थाओ ॥
हार डोर रस पाट पटंबर पिरि लोड़ी सीगारी ॥
नानक मेलि लई गुरि अपणै घरि वरु पाइआ नारी ॥१६॥
बे दस माह रुती थिती वार भले ॥
घड़ी मूरत पल साचे आए सहजि मिले ॥
प्रभ मिले पिआरे कारज सारे करता सभ बिधि जाणै ॥
जिनि सीगारी तिसहि पिआरी मेलु भइआ रंगु माणै ॥
घरि सेज सुहावी जा पिरि रावी गुरमुखि मसतकि भागो ॥
नानक अहिनिसि रावै प्रीतमु हरि वरु थिरु सोहागो ॥१७॥१॥ *(पन्ना ११०९-१०)*

पहले पातशाह श्री गुरु नानक देव जी बारह माहा तुखारी की इन पावन पउड़ियों में क्रमश: फागुन मास के ऋतु-वर्णन द्वारा मनुष्य-मात्र को अहंकार एवं सांसारिक मोह-माया से ऊपर उठ कर दैवी गुणों का संचार करने और मानव जीवन रूपी वर्ष में कुल प्राप्त समय अमूल्य जानकर प्रभु-नाम के चिंतन, मनन और व्यवहार द्वारा सफल करते हुए प्रभु-मिलन का गुरमति मार्ग बख़्शिश करते हैं।

सतिगुरु जी फरमान करते हैं कि शीत ऋतु के चले जाने के बाद फागुन मास में साधारणत: लोग होलियां खेलते और खुशियां मनाते हैं, परंतु जिस जीव-स्त्री के मन में फागुन मास में प्यारे प्रियतम परमात्मा का प्यार बसा, वास्तविक रूप में अथवा सदीवी रूप में, वही आनंद को प्राप्त कर सकी, चूंकि प्रभु-प्रियतम को मन में बसाये रखने के लिए उसने अपने आप को अथवा अपने अहं को गंवा दिया।

अहं भाव को गंवाना प्रत्येक जीव के वश की बात नहीं। इस तथ्य को दर्शाते हुए गुरु जी कथन करते हैं कि उसी के मन में सांसारिक मोह-माया का भाव उठ पाया जिस पर प्रभु-मालिक ने स्वयं कृपा-बख़्शिश की। अत: जीव-स्त्री की प्रभु-मिलन की मानसिक-आत्मिक सर्वोच्च अवस्था प्रभु, कृपा के घर में आकर बख्शिश करते हैं। आत्मा की प्रभु-मिलन की जिज्ञासा का वर्णन करते हुए गुरु जी कथन करते हैं कि मुझ पर खुश नहीं तो मैं साचे महल में स्थान नहीं पा सकती। दूसरी ओर, जब मैंने प्रिय को स्वीकृत रूहानी/नैतिक गुणों का श्रृंगार किया, जब मैंने गुणों रूपी रेशमी वस्त्र पहने, जब सच्चे गुरु ने मुझे प्रभु-मिलन का गुरमति मार्ग बता दिया, तब मैंने अपने

हृदय-रूपी घर में ही प्रभु-मिलन को प्राप्त कर लिया। जीव-स्त्री को प्रभु-प्रियतम मिल गया, जीवन का उद्‌देश्य पूर्ण हो गया।

सतिगुरु बारह माहा तुखारी की अंतिम पावन पउड़ी में कथन करते हैं कि जो जीव-स्त्री सतिगुरु से भेंट हो जाने से प्रभु-मिलन के मार्ग की समझ प्राप्त कर लेती है और प्रभु-चिंतन, मनन एवं निर्मल जीवन-व्यवहार करती है उसके लिए दस और दो अर्थात् बारह के बारह महीने ही अच्छे हो गए! इन बारह महीनों में आने वाली सभी ऋतुएं, तिथियां और दिन सभी अच्छे हो गए। सभी महूरत, सभी घड़ियां और पल सफल हो गए जब सदीवी कायम रहने वाले स्वामी मिल गए। प्रभु-मिलन से समस्त जीवन-कार्य ही निर्मल व रसिक हो जाते हैं। करता पुरख स्वयं जीव-स्त्री को स्वयं से मिलाने की युक्तियां जानता है अर्थात् जीव-स्त्री ने मात्र स्वयं समर्पण करना है, शेष सफलता स्वतः मिलती जाती है। जो गुणों का शृंगार करती है वही उस प्रभु के प्यार की पात्र लगती है। प्रभु-मिलन का अनुभव हो गया तो वह जीवन-काल में खुशियां ही लेती है। उसका हृदय रूपी घर प्रभु सुहावनी सेज बन जाता है, क्योंकि गुरु-उपदेश को वह नहीं भूलती, अपना मुख सदैव गुरु अथवा गुरु-उपदेश की ओर रखती है और वह सौभाग्यशाली माथे वाली होती है। सतिगुरु जी कथन करते हैं कि ऐसी जीव-स्त्री क्या दिन, क्या रात अर्थात् जीवन का कुल मिला समय प्यारे प्रभु मालिक को ही स्मरण करती है, उसको ही अपना पति मानती है, वह सदैव सोहागिन बन जाती है अर्थात् मानव-जीवन का मूल उद्‌देश्य, रूहानी गुणों का संचार करते हुए गुरु-ज्ञान के प्रकाश में सर्वोच्च रूहानी आनंद की अवस्था को प्राप्त करती है।

हम धन्यवाद करते हैं निम्नलिखित सज्जनों का जिन्होंने कठिन परिश्रम करके गुरु-इतिहास तथा गुरबाणी के प्रचार-प्रसार हेतु लोगों को प्रेरित कर उन्हें 'गुरमति ज्ञान' का सदस्य बनाया। अकाल पुरख वाहिगुरु उन्हें सदा स्वस्थ एवं चढ़दी कला में रखे ताकि वे यूं ही धार्मिक कार्यों में रुचि लेकर गुरु-घर की खुशियां प्राप्त करते रहें—

१. स. इंद्रजीत सिंघ, छिंदवाड़ा (मध्य प्रदेश)- ४ आजीवन सदस्य, १० वार्षिक सदस्य

२. स. त्रिलोक सिंघ खंडवा, दमोह (मध्य प्रदेश)- ९० आजीवन सदस्य

३. स. फकीर सिंघ, रायपुर (छत्तीसगढ़)- ३१ आजीवन सदस्य

४. स. कुलबीर सिंघ, स. अवतार सिंघ, खरगोन (मध्य प्रदेश)- ६० वार्षिक सदस्य

५. नारायण साइकिल स्टोर, सुमेरगंज (बाराबंकी, उत्तर प्रदेश)- ८० वार्षिक सदस्य

६. श्री ब्रजलाल फबवानी (ज्योति क्लाथ स्टोर), सागर (मध्य प्रदेश) ने संगत में बांटने हेतु गुरमति ज्ञान के प्रत्येक अंक की ५० कापियां आजीवन के लिए बुक कराईं।

संदेश

पावन गुरबाणी का निर्मल उपदेश है :

पवणु गुरू पाणी पिता माता धरति महतु ॥
दिवसु राति दुइ दाई दाइआ खेलै सगल जगतु ॥ (पन्ना ८)

आज विश्व को पर्यावरणक प्रदूषण की समस्या का सामना है। आज हम अपनी लापरवाही के कारण पवन और जल जैसे अमूल्य प्राकृतिक उपहार बहुत तीव्रता से खो रहे हैं। परम पिता परमात्मा ने मनुष्य-मात्र पर अपार बख़्शिशें कीं। प्रभु दातार ने उसको कितना स्वच्छ, कितना निर्मल, कितना सुंदर वातावरण बख़्शिश किया, इसलिए कि वह अच्छी प्रकार से स्वयं जीवन व्यतीत करता हुआ शेष जीव-रचना के विकास-विगास में भी सहायक सिद्ध हो सके! अधिक जागृत, अधिक संवेदनशील प्राणी होने के नाते मनुष्य-मात्र का यह कर्त्तव्य है कि वह प्राकृतिक वातावरण का समतोल बनाये रखने में यथासंभव प्रयासरत रहे। परंतु देखने में आया है कि गत कुछ दशकों से मनुष्य-मात्र परम पावन गुरबाणी के निर्मल उपदेशों को भूलकर और पदार्थवादी जीवन-युक्ति की ओर अत्यधिक आकर्षित होकर प्राकृतिक वातावरण के प्रति परम पिता परमात्मा द्वारा दिये कर्त्तव्य को लगभग भुला बैठा है। परिणामस्वरूप वातावरण प्रदूषण एक अत्यंत जटिल समस्या बन चुका है।

उपर्युक्त परिस्थिति में सभी जागृत और संवेदनशील मनुष्यों और मानवी संगठनों का प्राकृतिक पर्यावरण को बचाने के लिए विशेष रूप से प्रयासरत होना आज के समय की मुख्य मांग और पुकार है। इलेक्ट्रानिक और प्रिंट मीडिया से संबंधित बहिनों-भाइयों का समस्त संबंधित संस्थाओं को इस प्रसंग में उनका कर्त्तव्य चेताना अत्यंत बिगड़ चुकी स्थिति में सुधार की दिशा में शुभारंभ कर सकता है।

सिख पंथ की प्रतिनिधि संस्था शिरोमणि गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी की धर्म प्रचार कमेटी ने अपनी मासिक पत्रिका 'गुरमति ज्ञान' के पर्यावरण विशेष अंक के रूप में जो यह प्रयास वातावरण के प्रति सबको जागृत करने हेतु किया है, यह अत्यंत प्रशंसनीय है। ऐसे प्रयास सतिगुरु की अपार कृपा-बख़्शिश से ही किये जा सकते हैं। यह प्रयास गुरु साहिबान ने सरबत्त के भले के गुरमति मिशन के अनुरूप दिशा बख़्श कर कराया है।

परम पावन गुरबाणी में वातावरण के बारे में जो कोमल संवेदना-प्रस्तुत है लेखकों, कवियों ने उसको इस विशेषांक के जरिए उजागर करके सर्व मानवता के कल्याण हेतु परोपकारी कार्य किया है।

सतिगुरु कृपा करें! हम सभी पर्यावरण संबंधी अपने जिम्मे लगते कर्त्तव्यों को निभाने से कदापि न चुकें।

सरबत्त का भला,

हस्ताक्षर/-
(गुरबचन सिंघ)
जत्थेदार, श्री अकाल तख़्त साहिब, श्री अमृतसर।

संदेश

चूंकि मनुष्य-मात्र ने पर्यावरण में ही रहना तथा जीवन व्यतीत करना होता है और समस्त सृष्टि की कुछ जीव-रचना में सृष्टि के रचनहार परम पिता अकाल पुरख परमात्मा ने मनुष्य को अत्यधिक सोझी के साथ कृतार्थ किया है, इसलिए पर्यावरण की संभाल का मुख्य दायित्व स्वाभाविक ही मनुष्य जाति पर आता है। वर्तमान प्रदूषण स्थिति को देखकर यह स्वत: स्पष्ट होता है कि हम सब ने इस दायित्व को भली-भांति उठाने में अवश्य ढील दिखाई है और फिर इसका दुख तो हमने भोगना ही है। भक्त कबीर जी की पावन बाणी का यह पवित्र वाक्य पर्यावरण संबंधी हमारी गलत पहुंच-दृष्टि पर लागू हो रहा प्रतीत होता है :

कबीर मनु जानै सभ बात जानत ही अउगनु करै ॥
काहे की कुसलात हाथि दीपु कूए परै ॥ *(पन्ना १३७६)*

अत: अब कुछ करने का समय है। मनुष्य जाति का अपना बचाव, वनस्पति और शेष जीव-रचना का बचाव वर्तमान प्रदूषित स्थिति में व्यापक और तत्कालिक सुधार-कार्य आरंभ करके ही संभव है।

इसी स्थिति को महसूस करते हुए सिरमौर सिख संस्था शिरोमणि गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी ने हिंदी मासिक पत्रिका का पर्यावरण विशेषांक निकालने का यह प्रयास किया है। यह देश भर में राष्ट्रीय भाषा के माध्यम से करने का निश्चय किया गया है ताकि देश भर में एक चेतना लहर उत्पन्न करने में यथासंभव योगदान डाला जा सके। गुरु नानक पातशाह के सरबत्त के भले के गुरमति मिशन की पूर्ति की दिशा में ऐसा करना गुरु नानक नाम लेवा सिख पंथ का पावन कर्त्तव्य है जो क्षमता की सीमाओं के अनुसार एक निमाणा प्रयास है। आशा है कि पाठक लाभ उठाएंगे।

सरबत्त का भला,

हस्ताक्षर/-
(अवतार सिंघ)
प्रधान, शिरोमणि गु: प्र: कमेटी, श्री अमृतसर।

प्रदूषण की रोकथाम अति ज़रूरी

बड़े-बड़े जलूस, जलसे, सेमीनार, गोष्ठियां, कमेटियां, विभाग, मंत्रालय! न जाने कितने प्रापोगंडे किए जा रहे हैं प्रदूषण से लोहा लेने के लिए! कई बार तो ऐसा प्रतीत होता है कि अगर प्रदूषण को नाकों चने न चबाए गए तो ये एक दिन हम सबको नाकों क्या, मुंह, आंखों और कानों से भी चने चबा देगा। चबने ही पड़ेंगे, क्योंकि हम प्रदूषण को इतना भयंकर बनाते भी तो जा रहे हैं। प्रदूषण शक्तिशाली हो रहा है और हम उसके आगे धराशायी होने की कगार पर हैं। किसने बनाया प्रदूषण? कौन दे रहा है इसे बलवर्धक टॉनिक? यह बला आई कहां से और यह निगलेगी किसको? क्या कुछ पता है? हां, इंसान को सब मालूम है। कुछ प्रदूषण तो जान-बूझकर फैलाया जा रहा है और कुछ अज्ञानता में भी फैलता जा रहा है।

गुरबाणी में फरमान है—*"अवरि जोनि तेरी पनिहारी ॥ इसु धरती महि तेरी सिकदारी ॥"* परमात्मा ने मनुष्य को इतना मान-सम्मान दिया है कि उसे सब जीवों, प्राणियों का सरदार बनाकर पृथ्वी पर भेजा है। इस मानव-सरदार की सरदारी देखो, इसने खुद के साथ-साथ अपने अधीन सभी जीव-जंतुओं की भी जान जोखिम में डाल रखी है। इंसान ने अपने चौगिर्दे अथवा वातावरण को इतना ज़हरीला बना दिया है कि इससे कई पक्षियों की प्रजातियां ही खत्म होने को हैं। आकाश की तरफ नजर मारें तो आकाश भी बेचारा सूना-सूना-सा दिखाई देता है। खेतीबाड़ी में प्रयोग की जाने वाली जहरीली दवाइयों, रासायनिक खादों तथा अन्य कई प्रकार के विषैले पदार्थों की मार का असर अधिकतर पक्षियों तथा जमीन पर रेंगने वाले जंतुओं पर ही पड़ा है। हज़ारों ही जीव-जन्तु प्रदूषण द्वारा मर-खप गए हैं।

इंसान ने सरदार बनकर दूसरों की रक्षा तो क्या करनी थी वह खुद का भी दुश्मन बन बैठा है। सब्जियों के पौधों, बेलों में ऐसे इंजेक्शन लगाता है कि उससे इसे रातो-रात उम्मीद से दुगना फल तो मिलता ही है, साथ ही इससे बांझपन, छोटी आयु में बड़ों जैसा दिखना तथा हार्मोंस गड़बड़ होने जैसे अनेकों 'फल' भी 'जैसी करनी वैसी भरनी' के रूप में मिल रहे हैं।

विद्वानों द्वारा प्रदूषण को सामान्यत: चार भागों में बांटा गया है—वायु-प्रदूषण, जल-प्रदूषण, भूमि-प्रदूषण तथा ध्वनि-प्रदूषण। इन प्रदूषणों के बारे में आम ही चर्चाएं होती रहती हैं तथा हमारे इस अंक में विद्वान लेखकों द्वारा इनके बारे में कारणों और इनके दुष्परिणामों सहित काफी विस्तृत विचार किया गया है। आधुनिकता के कारण जहां हमारी सुख-सुविधाओं एवं ज़रूरतों की सूची लम्बी ही होती जा रही है वहां प्रदूषण ने भी अपने कई नए रूप प्रकट किए हैं।

परिवारों में मानसिक शांति पक्षियों की विलुप्त होती प्रजातियों की तरह आलोप हो रही है। पारिवारिक झगड़े बढ़ गए हैं।

हमारे दैनिक जीवन में प्रयोग होने वाली वस्तुओं से भी प्रदूषण फैलता है। बाजार से कोई सामान लाना हो तो प्लास्टिक के लिफाफों का प्रयोग जरूरत कम फैशन ज्यादा बन गया है। कपड़े के थैले, टोकरियां आदि साथ ले जाना इसलिए बंद हो गया है क्योंकि ये चीजें घरों में

से नदारद हो चुकी हैं। प्लास्टिक लिफाफे सबसे ज्यादा गंदगी फैलते हैं। हवा में उड़कर कहीं के कहीं पहुंच जाते हैं। ये तो मिट्टी में गलते भी नहीं। सीवरेजों का बंद होना ज्यादातर इन पर ही टिका है।

फसलों में रासायनिक दवाओं का छिड़काव हवा को जहरीला करता है, पानी को दूषित करता है, मिट्टी को विषैला बनाता है। फसलों में जहरीली दवाओं का छिड़काव कीटनाशकों के साथ-साथ हमारे मित्र-जंतुओं की भी मौत का ग्रास बनता है। कई बार तो छिड़काव करने वाला तथा इसकी चपेट में आने वाले मनुष्य भी प्रभावित होते हैं। ओज़ोन परत में हो रहे छिद्र भी चिंता का विषय है। ओज़ोन परत में हो रहे छिद्र तथा जमीन के नीचे पानी का दूषित होना हमारे लिए भिन्न-भिन्न बीमारियों को बुलावा दे रहा है, जिनमें कैंसर रोग विशेष रूप से हो रहा है।

धन की दौड़ में अपने को दूसरे से बड़ा दर्शाने तथा अमीरी की चमक-दमक में अंधे हो इंसान ने समाज में भ्रष्टाचार जैसे प्रदूषण के पौधे की ऐसी पौध तैयार कर ली है कि जहां भी मौका लगा इंसान ने तुरंत इस प्रदूषण की पौध के जहरीले पौधे को वहां गाड़ा और इसकी गुठलियों को मीठे फल समझकर झोलियां भरने लगा। रिश्वत, भ्रष्टाचार ने समाज में आपसी विश्वास एवं प्रेम-भावना को जबरदस्त ठेस पहुंचाई है। रिश्वत लेता भी मनुष्य है, देता भी मनुष्य है; भ्रष्टाचार करता भी मनुष्य है और भ्रष्टाचार का फायदा-नुकसान भी मनुष्य ही सहन करता है। क्या कभी किसी जानवर, जीव-जंतु को रिश्वत लेते या भ्रष्टाचार करते देखा है? यह इंसान ही है जो पशुओं का चारा तक भी भ्रष्टाचार का प्रदूषण फैलाकर हजम कर जाता है।

बढ़ती जनसंख्या ने कमरों को मकान, मकानों को मोहल्ले, मोहल्लों को कस्बे तथा कस्बों को शहर बना दिया है। घरों के आंगन सिकुड़ गए हैं। बाग-बगीचों की हरियाली को ईंटों-पत्थरों ने दबा लिया है। खेतों में लहलहाती फसलों को गांवों-कसबों, शापिंग मालों एवं बड़े-बड़े मैरिज पैलेसों ने लीलना शुरू कर दिया है। जनसंख्या-वृद्धि तथा मशीनी युग में इंसान का खुद मशीन की भांति बन जाने के कारण हैं। वाहन-प्रदूषण के लिए मुख्य रूप में दोषी बढ़ती वाहन-व्यवस्था ने जमीन को सड़कों द्वारा ढंकने में अहम भूमिका निभाई है। सड़कों का निर्माण पेड़-पौधों के विन्‍ाश का कारण भी बना है, जबकि पेड़-पौधे ही हमारे वातावरण-शुद्धि का प्रमुख कारक हैं। कहते हैं कि धरती पर तीन हिस्से पानी तथा एक हिस्सा ज़मीन है। इसमें से कुछ जमीन बिल्डिंगों एवं सड़कों के नीचे घुट-घुट सांस ले रही है। भूमि-प्रदूषण के दर्शन करने हों तो कई बार ऐसे स्थान भी मिल जाते हैं जहां कोसों दूर तक कच्ची भूमि के दर्शन नहीं होते। ऐसे स्थानों पर रहने वाले लोग कच्ची भूमि को तथा पेड़-पौधों को देखने की औपचारिकता गमलों को देखकर पूरी करते हैं।

फजूल-खर्ची, दिखावा, ऐशो-आराम तथा दिन-रात की भागदौड़ ने हमें वाहनों की ज़्यादा खरीदो-फरोख्त की ओर धकेला है। एक आदमी है तो भी कार; अगर दो हैं तो भी कार। भले ही बाजार से शॉपिंग करने से ज्यादा समय गाड़ी की संभाल या पार्किंग में लगे मगर जाना कार में है। सड़कों पर लगते जाम, होती दुर्घटनाएं, निकलता धुआं, हार्नों की आवाजें सब सड़क-प्रदूषण अथवा बाजार-प्रदूषण के ही जन्मदाता हैं।

बेरोजगारी भी एक प्रदूषण ही बन गई है। शायद बढ़ती जनसंख्या अधिक दोषी नहीं जितनी

हमारी यह सोच दोषी है कि अमुक काम छोटा है, अमुक काम हमारी जाति के हिसाब में नहीं। गुरु साहिबान ने संदेश दिया था किरत करने का। यह नहीं कहा था—इसने यह काम करना है, उसने वो काम करना है, तुम छोटा काम मत करना, तुम बड़ा मत करना। छोटे-बड़े वाला सिस्टम छोटी सोच वाले मनुष्य की ही पैदावार है। हमारी इसी सोच ने हमें बेरोजगार बनने की दिशा में तेजी से आगे धकेला है। जिस दिन हमारी सोच काम के स्तर को लेकर बदल गई उस दिन आधी बेरोजगार जनता को काम अपने आप मिल जाएगा।

प्रदूषण तो और भी कई हो सकते हैं मगर जाते-जाते एक नए प्रदूषण की बात भी कर लें। उसका नाम है, मोबाईल-प्रदूषण। इस प्रदूषण के दोष—पहला, देखा-देखी पैसे का दुरुपयोग, दूसरा ज़रूरत से ज्यादा प्रयोग करने से आर्थिक हानि, बेवजह बातें करने से समय तथा काम का नुकसान। ड्राइवरी करते समय मोबाइल के प्रयोग ने कई दुर्घटनाओं द्वारा कइयों को खत्म कर दिया, अब तो मोबाइओं में मनोरंजन के साधनों द्वारा फैली अश्लीलता किसी से लुकी-छिपी नहीं है। साइंसदानों ने भी आगाह कर दिया है कि ज्यादा मोबाईल का प्रयोग स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है, मगर फिर भी जितने परिवार में सदस्य उतने ही मोबाईल। मोबाईल-प्रदूषण ने आदमी का सुख-चैन छीनने में भूमिका अदा की है।

परिणामत: कोई भी चीज ज़रूरत से ज्यादा हो तो नुकसान तो होना ही है। सुख के साथ दुख जुड़ा है। जहां हमने अपने ऐशो-आराम और सुखों के लिए नई-नई वस्तुओं का निर्माण किया है वहीं हमें इनके द्वारा दूसरे रूप में नुकसान भी मिला है। वातावरण-संभाल की तरफ ध्यान जितना देना है उतना ही ध्यान हमें अपने शारीरिक, पारिवारिक, सामाजिक रिश्तों एवं रहन-सहन की तरफ भी देना होगा। कुछ प्रदूषण हमारा वातावरण—हवा, पानी, भूमि आदि प्रदूषित करते हैं, जिनसे हमें ज्यादतर शारीरिक कष्ट होते हैं, बाकी प्रदूषण—पारिवारिक, सामाजिक आदि से हमें ज्यादतर मानसिक कष्ट देते हैं। दोनों को ही इंसान पैदा करता है तथा दोनों को सहन भी खुद ही करता है। कई बार हम ऐसा कर जाते हैं जिसके घातक परिणाम के बारे में हमें पता नहीं होता और जब पता चलता है तो उसके दुष्परिणामों को हमारे साथ दूसरों को भी भुगतना पड़ता है। वृक्षरोपण का कार्य मात्र फोटो खिंचवाने या मात्र पब्लिसिटी बटोरने तक ही सीमित न रहकर जीवन का व्यवहारिक अंग बनकर दूसरों के लिए प्रेरणा भी बने! जितना भी जीवन हमें प्रभु ने दिया है वह हम खुशहाल, उमंगों से व तंदरुस्त रहकर, हंसते-खेलते जीयें और इसके साथ-साथ बेजुबान जीव-जंतुओं को भी हंसी-खुशी से जीने के रास्ते में बाधा न बनें, बल्कि हरेक संभव उपाय एवं प्रयास करें। यदि हम आज के इस अत्यंत नाजुक मोड़ पर जागृत न हुए तो कल को बहुत देर हो जाएगी। फिर सब प्रकार के प्रदूषण इतने भारी हो जाएंगे कि मनुष्यों, जीव-जंतुओं और वनस्पति का इनके बोझ से मुक्त होना नामुमकिन हो जाएगा। आज चाहे भले ही काफी देर हो चुकी है फिर भी आओ! कुछ नींद से जागें, कुछ करवट बदलें, ताकि वातावरण का प्रदूषित रूप (दूसरा पक्ष) भी देखा जा सके। इसी में हमारा अपना और अन्य सभी का भला निहित है।

❁

श्री गुरु नानक देव जी के उपदेशों का पर्यावरणिक परिप्रेक्ष्य

-इंजी. जोगिंदर सिंघ*

भूमिका

श्री गुरु ग्रंथ साहिब जी के प्रथम, प्रमुख्य तथा परम-विशिष्ट बाणीकार श्री गुरु नानक देव जी के बहुपक्षीय उपदेशों की परिधि अत्यंत विशाल है। मानवी जीवन के विकास को सर्वोच संभावी आदर्शों तक पहुंचाने के समस्त सरोकारों को गुरु साहिब ने विस्तृत रूप में अपनी पावन बाणियों का विषय-वस्तु बनाया है। उन्होंने तत्कालीन प्रचलित तथा स्वीकृत मत-मतांतरों की मान्यताओं, उपदेशों और विचारधाराओं के निकट तथा गहन अध्ययन से संबंधित होकर सुखदायक सह-अस्तित्व की स्थापित और मानवता को उदारता तथा उधारता की दिशा की ओर प्रेरित करते हुए 'नानक निरमल पंथ' चलाइआ।' गुरु नानक साहिब के इस निर्मल पंथ की आधारशिला कर्ता पुरख की ओर से सृजत प्रकृति के संचालन की अनुरूपता में *"हुकमि रजाई चलणा नानक लिखिआ नालि"* बहुत प्रकट-सिद्धांत के रूप में प्रस्तुत होती है। गुरु-उपदेश को समझने के लिए 'हुकमि' तथा 'लिखिआ नालि' के संकल्पों को भली-भांति पहचानना प्रथम प्रारंभिक आवश्यकता है।

श्री गुरु नानक देव जी की पावन बाणी का रचना-काल चाहे ५०० वर्ष पूर्व का है, परंतु इस क्रांतिकारी विचार-प्रवाह को किसी भी पूर्ववर्ती या ततकालीन सीमित समय के संदर्भ में संकुचित करके देखना बड़ी भूल होगी। चाहे ऐतिहासिक परिपेक्ष्यों को पूर्णत: एक ओर नहीं रखा जा सकता परंतु मात्र पक्षी-दृष्टि से ही गुरु साहिब की बाणी में से स्वत: प्रक्तट होती अट्टल सच्चाइयों तथा शिक्षाओं की प्रासंगिकता को सदैवकाली सर्वदेशी के बिना किसी नस्ली रंग-रूप, जात-पात, भेद-भाव या विभाजनों-पक्षपातों से विमुक्त सर्वकल्याणकारी रूप में स्पष्टता सहित सिद्ध किया जाएगा। इस आलेख में हम गुरु साहिब की पावन बाणी के उपदेशों को आधुनिक संदर्भ में वातावरण की शुद्धता और जीवन-व्यवहार में वैज्ञानिक दृष्टि को निश्चित करने का प्रयास करेंगे।

२. परमात्मा और प्रकृति

श्री गुरु नानक देव जी ने आसा की वार की प्रथम पउड़ी के द्वारा पूर्वकाली मान्यताओं से बिल्कुल भिन्न विचार पेश करते हुए समझाया है कि उस आदि-जुगादी एकंकारी सर्व-व्यापक 'अस्तित्व' ने स्वैच्छा अधीन अपनी अफुर अवस्था से सैभं प्रक्रिया द्वारा सृजन करते हुए सर्वप्रथम अपने नाउ, नामु, नामणे या शक्ति की रचना की तथा फिर इस ओजमयी शक्ति के द्वारा ब्रह्मंडी आकारों भाव दृष्टमान सृष्टि का पसारा बनने लगा। यूं समस्त कायनात, उस कर्ता पुरख की अंश-वंश ही है या करतार का सगुण रूप है और सर्वव्यापी अस्तित्व विभिन्न रूपों, रंगों, आकारों, प्रकारों, गुणों और गतिशीलता को धारण करती है :

आपीन्है आपु साजिओ आपीन्है रचिओ नाउ ॥
दुयी कुदरति साजीऐ करि आसणु डिठो चाउ ॥
(पन्ना ४६२)

जपु जी साहिब में उक्त सिद्धांत का बीज

**रिटायर्ड डिप्टी इंजीनियर, पंजाब राज्य विद्युत परिषद, लुधियाना।*

"कीता पसाउ एको कवाउ ॥ तिस ते होए लख दरीआउ" उच्चारण करते हुए, गुरु साहिब ने स्थापित कर दिया था कि जिस प्रक्रिया की विधिपूर्वक व्याख्या श्री गुरु ग्रंथ साहिब जी के पन्ना नं: १९ पर सिरीरागु महला पहिला के अंतर्गत उपलब्ध है :

साचे ते पवना भइआ पवनै ते जलु होइ ॥
जल ते त्रिभवणु साजिआ घटि घटि जोति समोइ ॥ *(पन्ना १९)*

भाव 'आदि सचु' परमात्म-ज्योति ने या 'आपीनै', 'एको कवाउ' द्वारा पासार करते हुए अनगिणत प्रकारी (लख दरीआओ) अग्नि रूप गैसों-पवनों, सूरजी-मंडलों, तारों तथा काली-खडों (Black Holes) रूपी उदकरखण-आकरखण की सृजना प्रारंभ की। जहां-जहां पवनों के मिश्रण से (हाईड्रोजन+ऑक्सीजन=H_2O) पानी बना वहीं धरतियों, पातालों, आकाशों की संरचना तथा उस में जैविकता की प्रारंभता हुई और समस्त प्राणियों में मूलिक अस्तित्व (The Sole Supreme Being) का अंश विद्यमान है। त्रिभवन-सृजन के तत्वों की गुणवत्ता तथा उनके मिलाप से उत्पन्न प्रभावों ने जैविकता के विकास के अनुकूल प्राकृतिक पर्यावरण बनाया है या यूं समझ लें कि जैसा पर्यावरण बना, उसी प्रकार की जैविकता विकसित हुई तथा यह भी निश्चित हुआ कि 'आदि सचु' की ज्योति सभी में समोई होने के कारण संसार में रहते प्राणी मात्र पशु-पक्षियों तथा जीव-जंतुओं सहित मानव जाति परमात्मा तथा प्रकृति के दृष्टिकोण से एक समान बहन भाई हैं। परमात्म प्रकृति की अंश-वंश है। मनुष्य इस विकासशील जैविकता का सर्वश्रेष्ठ रूप होने के कारण इसकी जिम्मेवारी बनती है, तथा जो इसके अपने हित में भी है, कि दूसरों सभी जीवों तथा पर्यावरण के सहज-सुखदायी अस्तित्व के सतुंलन को बनाये रखा जाए। यूं उपर्युक्त कर्त्तव्य 'हुकमु' (Divine Order) का विशिष्ट अंग है और 'लिखिआ नालि' का भाव मनुष्य को सौंपी गई जिम्मेवारी के रूप में समझना चाहिए।

गुरु नानक पातशाह की पावन बाणी बहुत स्पष्टता सहित अफुर अवस्था से सफुर होते हुए अथवा निरंकार को आकार धारण करते हुए दृश्य प्रस्तुत करके दर्शाया गया है :

मारू महला १ ॥
अरबद नरबद धुंधूकारा ॥
धरणि न गगना हुकमु अपारा ॥ . . .
जा तिसु भाणा ता जगतु उपाइआ ॥ . . .
खंड ब्रहमंड पाताल अरंभे गुपतहु परगटी आइदा ॥ *(पन्ना १०३५)*

भाव सृष्टि की पूरी प्रकृति जैविकता 'वाहिगुरु' का सगुण- दृश्टमान रूप है :

बलिहारी कुदरति वसिआ . . . ॥ *(पन्ना ४६९)*

परमात्मा के स्वरूप संबंधी यदि इस एक शिक्षा को ही मन में बसा कर जीवन-युक्ति बना लें तो विभिन्न त्योहारों के समय निश्चित कर लिये विशेष स्थानों पर यात्रियों की अथाह भीड़ों, भगदड़ों, अफवाहों और जातिसूचक झगड़े बन रही स्मस्याओं का समाधान ढूंढा जा सकता है। धार्मिक उत्सव से संबंधित समागमों पर घटित हो रही दुर्घटनाओं में नित्यप्रति जानें गंवा रहे श्रद्धालुओं की गणना प्रिंट और इलैक्ट्रिक मीडिये द्वारा आम देखी जा सकती है। इसके अतिरिक्त बड़े जन-समूह देश के शत्रु दहशतगर्दों के मंद इरादों को भी आसान बना देते हैं। यदि धार्मिक अकीदों के अनुसार परमात्मा सभी जीवों में, सभी स्थानों पर और हर समय व्यापक उपस्थित है तो बड़े भीड़-तंत्र को अवश्य रोका जाना और धर्म-कर्म को पूरे वर्ष के ३६५ दिनों में मानवी सुविधाओं को ध्यान में रखते हुए क्रमबद्ध कर लेने को गंभीर विचार-विमर्श के

द्वारा नियंत्रित रूप में ढाल लेना बहुत लाभदायक होगा। *"तीरथि नावा जे तिसु भावा", "तीरथि नावण जाउ तीरथु नामु है"* तथा *"तीरथ धरम वीचार नावण पुरबाणिआ"* इत्यादि गुरु-फरमानों की सार्थिकता आज के हालात में और भी अधिक महत्वपूर्ण बन जाती है।

३. हुक्म-रजा

'मनुष्य', परमात्मा और उस द्वारा सृजित प्रकृति अथवा पर्यावरण का अत्यंत विकसित अंश होने के कारण, इसका जीवन-फलसफा और व्यवहार परमात्मा द्वारा निश्चित प्रकृति-नियमावली के अनुरूप ही होना चाहिए। जैसे प्रकृति के समूह तत्व दैवी हुक्म अनुसार सृजित संवारे गतिशील हैं, कोई भी नियमित प्राकृतिक नियमों का उलंघन नहीं कर रहा। इसी प्रकार यदि मनुष्य, पूर्व प्रचलित भ्रमों, वहमों तथा हउमै (अहं) को छोड़कर वैज्ञानिक सोच को व्यवहार में लाते हुए, अनुशासनबद्ध जीवन-युक्ति बना ले (जैसे कि सृष्टि के भीतर के सूर्य, चांद, सितारे, पवन, पानी, वैसंतर, पर्वत, नाले, नदियां, दरिया, समुद्र, पशु-पक्षी तथा अन्य जीव-जंतु दैवी रज़ा में रंगे आनंद ले रहे हैं) तो वह सुखदायी सांसारिक और आत्मिक आनंद भरपूर जीवनयापन कर सकेगा :

हुकमी होवनि आकार हुकमु न कहिआ जाई ॥
हुकमी होवनि जीअ हुकमि मिलै वडिआई ॥
हुकमी उतमु नीचु हुकमि लिखि दुख सुख पाईअहि ॥
इकना हुकमी बखसीस इकि हुकमी सदा भवाईअहि ॥
हुकमै अंदरि सभु को बाहरि हुकम न कोइ ॥
नानक हुकमै जे बुझै त हउमै कहै न कोइ ॥
(पन्ना १)

'हुकमु' से भाव किसी बादशाह का अपनी प्रजा के प्रति या परमात्मा का अपनी सृजित सृष्टि या मानवता के प्रति कोई आज्ञा या आदेश नहीं है, बल्कि 'हुकमु' तो वाहिगुरु का प्रबंधकी संविधान, क्रमबद्ध क्रम या स्वचलित सिलसिला है जिस द्वारा पूरा ब्रह्मांडी निजाम पूर्ण कुशलता सहित गतिशीलता से अनंत काल से टिका हुआ है। इस प्रकार 'हुकमु' पारब्रह्म-परमेश्वर की बाहरमुखी-सगुणी वास्तिवक सच्चाई है और विश्वव्याप्त मानव-जाति को सहज-सुचारू जीवन-संचालन के लिए आचरण अनुसारी विधि-विधान की बख्शिश है। संकल्प-स्पष्टता के लिए यूं भी कहा जा सकता है कि जपु जी साहिब और अन्य पावन बाणियों में भी जहां-जहां उल्लेख किया गया है, 'हुकमु' को ब्रह्मांडी संचालन के क्रमबद्ध, प्रवीण तथा परिपक्व युक्ति, प्रबंध या संयोजित तंत्र के रूप में समझा जाना चाहिए। प्रकृति या पर्यावरण-व्यवस्था एक उदाहरण या प्रतिरूप है जिसके अनुसार 'हुकमु' की सूत्रबद्धता सृजित की गई है, और इस मानचित्र को देखते हुए हम अपने जीवन-व्यवहार को सुचारू क्रम दे सकते हैं। परमात्मा ने प्रकृति को अनंत भंडारों से भरपूर किया है। वे 'हुकमु' के अनुसार निरंतर सेवा देता चला जाता है, समस्त कायनात, जीव-जंतु उससे रहमतें मांगते हैं तथा वह सभी आवश्यकताएं पूरी कर रहा है, क्योंकि सारी सृष्टि उसका अपना ही पासार है, उसकी अपनी रजा में विकास हो रहा है और इस तरह उसकी दातों की कोई सीमा नहीं :

देदा दे लैदे थकि पाहि ॥
जुगा जुगंतरि खाही खाहि ॥
हुकमी हुकमु चलाए राहु ॥
नानक विगसै वेपरवाहु ॥ (पन्ना २)

और

आखहि मंगहि देहि देहि दाति करे दातारु ॥ (वही)

अब यह देखा, जांचा और स्मरण रखना आवश्यक हो जाता है कि प्रकृति परमात्मा के

हुक्म का कभी भी कहीं भी उलंघन नहीं कर रही, अनुशासन, आज्ञा या 'हुकमि रजाइ' चल रहे हैं। धरती, आकाश, पवन, पानी, अग्नि, सूर्य, चांद, दिन-रात, बदलती ॠतुएं, वर्षा, आंधियां तथा वातावरण सृजन करते अन्य प्राकृतिक अंश-वंश क्रमबद्धता सहित 'परमात्म नामु' नियमावली या 'हुकमु रजाई' क्रमबद्धता को पूरे क्रमों तथा प्रमुख्यताओं सहित निभा रहे हैं। वे अपना कोई अल्ग अस्तित्व, हस्ती या गतिमानता नहीं बना रहे या अध्यात्मिक भाषा में पर्यावरण तथा वैज्ञानिक संदर्भ में निजगत अहं का पूर्ण अभाव है। प्रकृति की इस संपन्न व्यवस्था की निरंतरता को गुरु नानक साहिब की पावन बाणी की प्रतीकात्मक तथा अलंकारिक शैली में *"गावहि तुहनो पउणु पाणी बैसंतरु गावै राजा धरमु दुआरे"* तथा *"गावहि खंड मंडल वरभंडा करि करि रखे धारे"* आदि द्वारा साधारण लोगों को समझाया गया है और इस तरह से सतिगुरु श्री गुरु नानक देव जी की तरफ से सृजनहार के हुक्म-रजा में 'सतु संतोख वीचार' रूप 'नाम' के अनुसरण से मानवी भाईचारे में सहज, सौहादर्य, सुंदरता और संतुलन कायम रखने हेतु निजगत 'अहं' को मनफी करते हुए सुचारू सोच अपनाने का उपदेश दिया गया है।

'हुकमु' को किसी अन-अनुमानित या अनियमित गड़बड़ मचने या उपद्रव के पक्ष से नहीं अनुभव करना चाहिए और न ही इसको उदासीनता, निष्क्रिया या सिथिलता के रूप में पहचाना जाना चाहिए, क्योंकि हरेक कार्य की पृष्ठभूमि में कोई 'कारण' अवश्य विद्यमान है। मानव जीवन के दुख-सुख, इसी दैवी विधान के अनुसार घटित हो रहे हैं :

. . . हुकमि लिखि दुख सुख पाईअहि ॥ (पन्ना २)

गुरु नानक साहिब ने पूरे ब्राह्मांडी-बरतारे तथा वातावरण को वैज्ञानिक दृष्टि से पहचानते हुए इसको आश्चर्य आनंद रूप में प्रशंसा का विषय बनाया है :

विसमादु नाद विसमादु वेद ॥
विसमादु जीअ विसमादु भेद ॥
विसमादु रूप विसमादु रंग ॥
विसमादु नागे फिरहि जंत ॥
विसमादु पउणु विसमादु पाणी ॥
विसमादु अगनी खेडहि विडाणी ॥
विसमादु धरती विसमादु खाणी ॥
विसमादु सादि लगहि पराणी ॥
विसमादु संजोगु विसमादु विजोगु ॥
विसमादु भुख विसमादु भोगु ॥ (पन्ना ४६३-६४)

४. ब्रहमंडीय सृजन और संचालन

पूर्व गुरु नानक-काल के धार्मिक विश्वासों के अनुसार हमारी धरती को एक बैल ने अपने सींगों के ऊपर उठा रखा है, और जब वह भारी भरकम धरती के बोझ से एक ओर थकान प्रतीत करता है तो बोझ को दूसरे सींग पर बदल देता है तथा इस उछाल के कारण भूचाल आते हैं। गुरु साहिब ने वैज्ञानिक दृष्टि के अनुसार स्पष्ट किया कि यदि ऐसा प्रबंध मान लें तो वह बैल किस धरती पर खड़ा मानेंगे? और फिर वह आधार प्रदान करती दूसरी धरती किस अन्य बैल के सींग पर टिकी हुई है? ऐसी तर्क-संगत शिक्षाओं के द्वारा जन-साधारण को वहमों-भ्रमों या मनघड़ंत ठग्ग-युक्तियों के द्वारा पाखंडी पुरोहितों के शोषणकारी मक्कड़-जाल से मुक्ति का रास्ता दर्शाया। उन्होंने प्रकृति की सदीवकाली नियमबद्ध गतिशीलता तथा विकास-प्रक्रिया के 'कारण-कार्य' सिद्धांतों को धर्म की परिभाषा (*धौलु धरमु दइआ का पूतु ॥ संतोखु थापि रखिआ जिनि सूति ॥*) या सभी सृजनात्मक तत्वों के द्वारा अपने निश्चित स्वभावों-कर्तव्यों के पालन की ओर से स्वचलित होने की आधुनिक

शिक्षाओं द्वारा जन-मानस को भविष्यउन्मुख प्रगति, प्रफूलता, उन्नत विकास एवं विगास के मार्ग पर डाला है :

नानक भगता सदा विगासु ॥ *(पन्ना २)*

क्या पूरब क्या पश्चिम, प्रारंभ से ही जब भी जहां भी मनुष्य ने चिंतन (पर्यावरिणक, सामाजिक, धार्मिक या जिज्ञासावश वैज्ञानिक आदि कुछ भी नाम दे लें) प्रारंभ किया, वह पहले अपने इर्द-गिर्द, फिर ऊपर को अंतरिक्ष की तरफ या गहराइयों की तरफ या अंतरमुखी होकर, अंत: करण की ढूंढ में आगे ही आगे नित्य नवीन जानकारियों और खोजों के अद्भुत आनंद के साथ मस्त हुआ है। लगभग ५००० वर्ष पूर्व भारतीय अध्यात्मवादियों ने दृष्टमान प्रकृति को विभिन्न ऊर्जा-स्रोत मानते हुए सूर्य, पशुओं और धरती माता आदि को नमन किया। उपनिशद काल तक पहुंचते हुए पहले विभिन्न पर्यावरिणक शक्तियों को देवी-देवताओं के नाम से मूर्तिमान करते हुए उनके प्रति श्रद्धा-भावना उजागर की, विचारों-व्यवहारों में ऊंचेपन-सुच्चम के उपदेशों द्वारा पूजा-पद्धितयां स्थापित कीं, परंतु समय गुजरते हुए ऐसे धार्मिक कर्मकाण्डी विधि-विधान तथा अनुष्ठान साधारण अंजान जनता की सख्त ईमानदाराना किरत-कमाई के शोषण का कारण सिद्ध हुए। आत्म ज्ञानियों ने बहुत देर बाद आकर वेदांत के अद्वैतवाद को ग्रहण किया और परमत्मा तथा पदार्थ (जीव-अजीव) दोनों के भीतर के पक्षपातों भरे द्वैत को त्यागते हुए 'एको ब्रह्मं' या एक-ईश्वरवाद की विचारधारा का प्रचार किया।

पश्चिम के महान तर्कशास्त्री अरस्तु के तार्किक ज्ञान का ग़लबा समस्त बौधिक संसार ने लगभग २००० वर्ष तक निरंतरता के साथ स्वीकार किया। इस वैज्ञानिक खोज प्रणाली में भी दृश्टमान जगत की वस्तुओं का अल्ग-अल्ग निजी स्थान माना गया था, जैसे धूआं ऊपर को चलता है क्योंकि इसका निजी स्थान आकाश में है, वृक्षों के फल नीचे भूमि पर गिरते हैं क्योंकि इनका स्रोत धरती में है और भारी वस्तुएं हलकी वस्तुओं के स्थान पर धरती की तरफ को तीव्रता के साथ गिरती हैं। सोलहवीं सदी में गैलीलियो (१५६४-१६४२) ने तजुर्बों के द्वारा उपर्युक्त धारणाओं को गलत सिद्ध कर दिया। इन तजुर्बों को आधार बनाकर महान वैज्ञानिक न्यूटन ने भौतिक जगत की पदार्थक इकाइयों के संचालन को विश्वव्यापी नियमावली में बांधते हुए गुरुता-आकर्षण (Gravitational force) और वस्तुओं की गति (Laws of motion) के संबंध में परिपक्व नियम निर्धारित किये। फ्रांसीसी दार्शनिकों ने भी इस निर्धारितवाद के फलसफे को स्वीकार करते हुए समझा कि यदि सृष्टि की प्रारंभिक स्थिति को जाना जा सके तो गणित शास्त्र की सहायता से पूरे जगत और इसके सभी प्रचलन की जानकारी सदैव के लिए निर्धारित की जा सकती है। परंतु न्यूटन ने एक अदृश्ट, न जानी जाने वाली महाशक्ति के अस्तित्व को, जिसने यह समस्त ब्राह्मांड रचा तथा सूर्यों-धरतियों-ग्रहों को नियमबद्ध चला रही है, स्वीकार किया।

सन् १९०५ में महावैज्ञानिक आइनस्टाइन के सापेक्षता सिद्धांत (Relativity) ने भौतिक विज्ञान में बहुत बड़ी हिलजुल उत्पन्न कर दी। न्यूटन के मकैनकी विज्ञान की मान्यताएं झकझोरी गईं। देश-काल (Time and Space) की पुर्नव्याख्या की गई। आइनस्टाइन ने बताया कि रंग, आकार और गंध की तरह ही देश-काल भी मानवी अनुभव का विषय ही हैं। सिवाय इसके भीतर की स्थित वस्तुओं के अस्तित्व से, देश की अपनी सत्ता कोई नहीं। इसी प्रकार ही घटनाओं को क्रम के सिवाय,

काल का कोई अल्ग अस्तित्व नहीं है।

कुछ वर्ष बाद शरोडिंगर और हाईजनबर्ग ने प्रमाणु की संरचना और ढांचे के बारे में खोज करते हुए कुआटम मकैनिकस के अनिश्चितता सिद्धांत के द्वारा निर्धारितवाद फलसफे की धज्जियां उड़ा दीं। ब्रह्मांडी पदार्थ का निचले से निचला आधार यानि कि अस्तित्व के मूल, 'प्रमाणु' संबंधी अध्ययन के लिए निर्धारित समझे जाते नियमों का कोई मूल्य न रह गया बल्कि कुआटम-मकैनिकस के संभावना-अनिश्चयवादी नियम लागू होते देखे गए। सन् १९३० तक प्रमाणु की संरचना में केवल प्रोटोनों, न्यूट्रोनों तथा इलैक्ट्रोनों- तीन प्रकार के मूल कणों का अस्तित्व माना जाता था। सन् १९३५ तक ६ प्रकारी कणों की पहचान हो गई और १९५५ तक इन मूल कणों की गणना १८ के अंक को पहुंच गई। अन्य प्रयोगों में इनकी गणना सैंकड़ों को पहुंच गई है और अभी भी वृद्धि जारी है। वैज्ञानिकों ने अब इन मूल-कण कहे जाते कणों को मूल मानना निषेध कर दिया है क्योंकि ये परस्पर जुड़ते, टूटते और अपने गुण बदलते रहते हैं। इस स्तर पर आकर वैज्ञानिकों को पदार्थ की छोटी से छोटी इकाई के अंतरीव भी, बाहरी ब्रह्मांडी बेअंतता प्रत्यक्ष नजर आ चुकी है। इस प्रकार लगभग ५०० वर्ष पहले विश्व के महान आत्मदर्शी *"जोति रूप हरि आपु"* गुरु नानक साहिब की तरफ से दृष्टांतों सहित वर्णन किये ब्रह्म बीचार*"जो ब्रहमंडि खंडि सो जाणहु ॥ गुरमुखि बूझहु सबदि पछाणहु ॥ घटि घटि भोगे भोगणहारा रहै अतीतु सबाइआ ॥"* वाली सच्ची एवं अटल शिक्षा को विश्व की वैज्ञानिक बौधिकता ने स्वीकार कर लिया है।

एकंकारी नामु का ज्योति-स्वरूप (Cosmic Consciousness-Energy) सदीव काल एक सा अभंग-अडोल रहता है :

जिमी जमान के बिखै समसति एक जोति है ॥ न घाटि है न बाढि है न घाटि बाढि होत है ॥५॥१६६॥ (अकाल उसतत पा: १०)

वह मात्र अपनी अवस्था या शकलों में परिवर्तन-प्रवाह जारी रखता है। मादे से ऊर्जा या ऊर्जा से मादा (Matter to Energy or vice versa)। श्री गुरु नानक देव जी ने राग बिलावल में जिस सर्वसक्षम अस्तित्व परम-ज्योति को *"एकम एकंकारु निराला ॥ अमरु अजोनी जाति न जाला ॥ अगम अगोचरु रूपु न रेखिआ ॥ खोजत खोजत घटि घटि देखिआ ॥"* उच्चारण करके जिज्ञासु को उपदेश दिया है, वैज्ञानिकों ने २०वीं सदी में आकर इसकी प्रयोगशाला में पुष्टि की है कि ऊर्जा मात्र अपना रूप बदलती है, नयी नहीं बनाई जा सकती, न ही नष्ट की जा सकती है। ऊर्जा एकरस निरंतर आदि-जुगादि परम 'अस्तित्व' है।

In the twentieth-century, man of science comes to realize that energy can be transformed into mass and mass into energy. In the special theory of relativity Eienstein worked out the relation for the transformation. . .

Energy can neither be created nor can be destroyed. The sum total of energy always remains the same in the universe.

५. वातावरण का सभ्याचारिक पासार

अपने देश की विभिन्न भाषाओं में विद्यमान लोग-गीतों के द्वारा कवि-चिंतकों ने देशवासियों में अपने ख्यालों के प्रगटावे के लिए मानवी जीवन-पथ में घटित होती घटनाओं तथा सामाजिक रीतों से संबंधित परंपराओं के साथ जुड़े खुशी गमी के गीतों, रस्मों के प्रासंगिक प्रतीकों-रूपकों तथा बिम्बों के द्वारा अपनी काव्य-कला को श्रृंगारा है और साथ ही लोक-मानसिकता में

नये-हिलोरे, ताजा-सौंदर्य तथा क्रांतिकारी-चेतनता की तरंगें या झरनाटें छेड़ी हैं। यूं लोक-काव्य में घोड़ियां, सुहाग, सिट्ठणि या लावें, गिद्धा, अलाहणियां, वारें, सीहरफियां तथा वर्ष के महीनों के नामों से जुड़े बारहमाह पढ़ने-सुनने का आम लोगों में चाव-उमाहु प्रचलित हुआ। गउड़ी बैरागण महला १ के अंतर्गत :

हरणी होवा बनि बसा कंद मूल चुणि खाउ ॥ . . .
कोकिल होवा अंबि बसा सहिज सबद बीचारु ॥ . . .
मछुली होवा जलि बसा जीअ जंत सभि सारि ॥ . .
नागनि होवा धर वसा सबदु वसै भउ जाइ ॥
(पन्ना १५७)

और राग धनासरी महला १ के अंतर्गत:

गगन मै थालु रवि चंदु दीपक बने तारिका मंडल जनक मोती ॥
धूपु मलआनलो पवणु चवरो करे सगल बनराइ फूलंत जोती ॥१॥
कैसी आरती होइ ॥
भव खंडना तेरी आरती ॥
अनहता सबद वाजंत भेरी ॥१॥रहाउ॥
सहस तव नैन नन नैन हहि तोहि कउ
सहस मूरति नना एक तुोही ॥
सहस पद बिमल नन एक पद गंध बिनु
सहस तव गंध इव चलत मोही ॥२॥
सभ महि जोति जोति है सोइ ॥
तिस दै चानणि सभ महि चानणु होइ ॥
(पन्ना १२)

उच्चारण करते हुए श्री गुरु नानक देव जी ने मानवी जीवन की नव-संरचना को वातावरण के साथ जोड़कर उसकी सोच, चेतनता तथा बौद्धिक विकास को नयी राहों पर बहुपक्षीय दिशाओं में उन्नत होने की शिक्षाओं के साथ प्रचलित धर्मों की संकीर्णता को आधुनिक प्रगतिशीलता, विशालता और मानवी कल्याण के सर्वसांझे सुखमयी सामाजिक-सहअस्तित्व के सरोकारों की तरफ क्रांतिकारी मोड़ दिया है। गुरु साहिब ने दुखों-कलेशों में दबी-कुचली निराश व उदास जन-मानसिकता को हिलोरों भरपूर खुशियों-विगासों तथा सहज आनंदमयी जीवन-व्यवहार की शिक्षाओं के साथ मानवी शखसीयत के नव-निर्माण के सृजन के लिए प्राकृतिक दृश्यों, बदलती ऋतुओं, चहकते परिंदों तथा टहकते फूलों-फलों की बिंबावली को जिज्ञासु हृदयों में स्थायी निवास की बख़्शिशें उपजाने हेतु, राग तुखारी के अंतर्गत बारहमाहों का पर्यावर्णिक और मनोवैज्ञानिक संदेश सुनाया है।

पपीहा 'प्रिउ प्रिउ' पुकारता है, कोयल 'कू कू' करती है, मन-तन को खिला देती नन्ही-नन्ही वर्षा-बूंदों की निरंतरता तथा काली घटाओं तथा वर्षा ऋतु उपरांत बसंत ऋतु के सुहावने पौधों-लताओं, वृक्षों की नयी नुहार, फूलों के साथ लदी लताओं के इर्द-गिर्द 'भीं भीं' करते भंवरों का कितना अद्भुत वातावरण चित्रण है जिसकी पेशकारी का हृदयों को मख़्सूर कर देने वाला, प्रेम-तरंगों में सुध-बुध गंवा देने वाला तिलस्समी काव्य-रंग है!

चेतु बसंतु भला भवर सुहावड़े ॥
बन फूले मंझ बारि मै पिरु घरि बाहुड़ै ॥
पिरु घरि नही आवै धन किउ सुखु पावै
बिरहि बिरोध तनु छीजै ॥
कोकिल अंबि सुहावी बोलै
किउ दुखु अंकि सहीजै ॥
भवरु भवंता फूली डाली
किउ जीवा मरु माए ॥
नानक चेति सहजि सुखु पावै
जे हरि वरु घरि धन पाए ॥ (पन्ना ११०७-०८)

और :

—नानक प्रिउ प्रिउ चवै बबीहा
कोकिल सबदि सुहावै ॥ (पन्ना ११०७)
—वैसाखु भला साखा वेस करे ॥ (पन्ना ११०८)

—आसाड़ु भला सूरजु गगनि तपै ॥
धरती दूख सहै सोखै अगनि भखै ॥ (वही)
—सावणि सरस मना घण वरसहि रुति आए ॥९॥
(वही)
—भादउ भरमि भुली भरि जोबनि पछुताणी ॥
जल थल नीरि भरे बरस रुते रंगु माणी ॥
बरसै निसि काली किउ सुखु बाली दादर मोर लवंते ॥
प्रिउ प्रिउ चवै बबीहा बोले भुइअंगम फिरहि डसंते ॥
मछर डंग साइर भर सुभर . . . ॥ (पन्ना ११०८)
दहिदिस साख हरी हरीआवल सहिज पकै सो मीठा ॥११॥ (पन्ना ११०८)
—पोखि तुखारु पड़ै
वणु त्रिणु रसु सोखै ॥
अंडज जेरज सेतज उतभुज घटि घटि जोति समाणी ॥ (पन्ना ११०९)

इत्यादि पंक्तियों के गहन अध्ययन द्वारा अन्य अनेकों आयामों का सृजन सहजे ही होता जाता है, जिसको अलग रूप से विचारधीन लाना बनता है।

उपर्युक्त से मानवी-सामाजिक व्यवस्था को सर्वपक्षीय उन्नति, उदारता तथा आत्मिक उधारता को सेधित दो बड़ी- विशिष्ट शिक्षाओं का प्रतिपादन हुआ दृटव्य होता है।

(१) गुरु नानक साहिब एक नवीनतम धर्म के रहबर होने के साथ-साथ श्रेष्ठ समाज विज्ञानी भी थे। सामाजिक उत्थान के लिए स्त्री-पुरुष दोनों की सम्माननीय सांझ आवश्यक है और संसार के किसी उपक्षेत्र में भी किसी जन-समूह के सांस्कृतिक प्रफूलन के लिए स्त्री का योगदान पुरुष से भी अधिक महत्व रखता है। गुरु नानक साहिब की पावन बाणी में जीव-आत्मा के लिए स्त्री रूपक प्रयोग में लाये जाने से समस्त मानवता को सुखमयी सामाजिक वातावरण, सभ्याचारक, नैतिक तथा वैज्ञानिक दृष्टि के पक्ष से क्रांतिकारी शिक्षा बख़्शिश की गई है।

(२) परमात्मा की ओर से सृजित प्रकृति के निरंतर तथा नियमबद्ध प्रफूलन, कर्ता पुरख की कुदरत के कृष्मयी दृश्यों तथा खुदाई सपनों की सुंदर खुशियों की ताबीर जिज्ञासु के ज्योति-स्वरूपी मन को भी 'सदा विगास' वाले मार्ग पर: *नानक हुकमी लिखीऐ लेखु ॥ जेहा वेखहि तेहा वेखु ॥* भाव जीव जैसे-जैसे सोचते , लोचा करते और विचारों का वातावरण चितवन करते हैं, तैसी उनकी मानसिकता, अहसास, अनुभव तथा सहज-स्वभाव बन जाता है। आगे से आगे चलने, उन्नति करने हेतु प्रेरित करती है, इच्छा शक्ति को बलवान करती है तथा सृजनहार के कारीब-कारीब पहुंचाते हुए उस में समा जाने का सबब बन जाती है :

(क) नानक चेति सहजि सुखु पावै
जे हरि वरु घरि धन पाए ॥
(ख) नानक सा सोहागणि कंती
पिर कै अंकि समावए ॥ (पन्ना ११०८)
(ग) नानक मेलि लई गुरि अपणै
घरि वरु पाइआ नारी ॥ (पन्ना ११०९)

चाहे पूर्वकालीन मत-मतांतरों में वातावरण से संबंधित तत्वों, तिथियों, वारों, पशुओं-पक्षियों तथा मच्छ-कच्छ सांपों से निकटता बनाए रखने हेतु अनिक प्रकारी पूजा-पद्धितियां प्रचलित थीं परंतु वे मात्र जड़-पूजन के अलपकालिक प्रभाव वाले कर्मकांडों का रूप ले चुकी थीं, जिनके द्वारा मानवी सख्सीयत का विकास नहीं हो रहा था। गुरु साहिब ने भविष्य उन्मुख तरंगमयी विकास तथा विस्मयी मानव-कल्याण की दिशा में जाते हुए *"सूरजु एको रुति अनेक ॥ नानक करते के केते वेस"* के सिद्धांत के द्वारा कृतम जड़ प्रकृति के साथ जुड़े दिखावे के

अनुष्ठानं का परित्याग करने और पर्यावरण की अंतरीव आत्मा भाव 'करता पुरख' के साथ परिपक्व अटूट सांझ का प्रीत-संयोगी अहसास उपजाने की मनोवैज्ञानिक शिक्षाओं द्वारा मानवता को ब्रह्मज्ञान के परम आनंद-स्रोत के साथ अभेद होना सिखाया। गुरु नानक साहिब की पावन बाणी में से स्वत: प्रगट होती शिक्षायें प्राकृतिक वायुमंडल से प्रेरित तथा वैज्ञानिक पहुंच का सुहावना संयोग हैं, यहां माह-रुती, तिथी वारों, भ्रम-भेदों, वहमों-सहमों, अतिष्योक्तियों तथा अनहोनी कथा-कहानियों के लिए कोई जगह नहीं, लोक-उपभाषा और आंचलिक मुहावरों की शैली में सीधा-सरल तर्कसंगत तथा जन-साधारण को आसानी से समझ आ सकने वाला उपदेश है जिसको जीवन-व्यवहार में अपनाते हुए निजगत सहज सुख तथा विश्व-शांति को समर्पित संसार सृजन करने की आदर्श संभावनायें उजागर हो सकती हैं।

६. *संकट तथा समाधान*

देश और पंजाब के वायुमंडल का जो चित्र हम अपनी आंखों से देख रहे हैं गुरु नानक साहिब के समय (१४६९-१५३९) से पूर्व से चल कर बहुत समय बाद तक भी ऐसी स्थिति नहीं थी। सूरजी किरणों में से जन्मे पांच दरियाओं के निर्मल जल-धारे हमारी धरती की मिट्टी को उपजाऊ बनाते हुए, पवनों को भी सुगंधि-पवित्रता से सरबौर करते थे। आबशारों की अद्भुत आवाजें, कल-कल करती कूलें, चहचहाते पक्षियों की कतारें (समूह) जंगल-बेले, लहराती फसलें, दूध देने वाली भैंसों-गायों के लिए चरागाहें तथा चतुराइयों-चालाकियों से निपट कोरे यहां के भोले-भाले, धरती माता के सपुत्र व सपुत्रियां पर्यावरण के प्रदूषण से बिल्कुल अंजान थे। तब वायुमंडल तथा वातावरण के संबंध में जन-साधारण को कोई समस्या का सामना नहीं था। जैसे कि साधारणत: जाना जाता है, प्रदूषण तो अनियोजित तथा क्रमहीन उद्योगीकरण का दुखदायक परिणाम है। परंतु कितनी हैरानकुन सच्चाई हमारे सामने है कि ५०० वर्ष पूर्व बख़्शिश की गुरु नानक साहिब की शिक्षाओं में जनजीवन के अधिक अच्छे स्वास्थय के संबंध में वायुमंडल की शुद्धता के महत्व तथा महानता को स्थापित करने हेतु गुरबाणी-फरमान अंकित किये गए थे। ऐसे तथ्यों को गुरु नानक साहिब की शिक्षाओं के पूरे संसार के प्रति सर्वकल्याणकारी होने के प्रमाण के रूप में देखा जाना बनता है। सतिगुरु जी ने पर्यावरिणक तत्वों को गुरु और माता-पिता तूल्य सम्माननीय तथा आदरणीय स्थान देते हुए इनकी उपयुक्त सेवा-संभाल द्वारा मौलिक शुद्धता, निर्मलता तथा ताजगी कायम रखने का उपदेश दिया है :

पवणु गुरू पाणी पिता माता धरति महतु ॥
दिवसु राति दुइ दाई दाइआ खेलै सगल जगतु ॥
(पन्ना ८)

आज पदार्थवादी मनुष्य की अमिट तृष्नाओं ने धन-संपदा की वृद्धि के लिए लगी दौड़ तथा लाभ उन्मुख मुकाबलेबाजी ने कारखानों में से निकलती विषैली गैसों तथा तरल अवशेष ने हमारे जीवन की मूलिक आवश्यकताओं, जो प्राकृतिक वायुमंडल की प्रणी-मात्र को अमूल्य एवं नि:शुल्क बख़्शिशें थीं, को घातक स्थिति तक पलीत कर दिया है। कृषि के बहु-फसल के चक्र ने धरती में से अथाह जल-निकास द्वारा, तथा हरियावले वनों की बेहिसाब कटाई करके वृक्षों-वनस्पति से वंचित मुंडित हुई पहाड़ियों तथा तलहटियों ने वातावरण को जैसे बांझ बना दिया हो। प्राकृतिक साधनों का अंधाधुंध प्रयोग, अनिक प्रकारी जीव-जंतुओं, पारिंदों-चारिंदों, पेड़-पौधों, जड़ी-बूटियों के लोप हो जाने और बहुभांती

सुंदर प्रवासी पक्षियों का हमारी जन्म-स्थली के भीतर की सुंदर बीड़ों, वृक्षों तथा जल-भंडारों (Bird Sanctuaries) से मुंह मोड़ लेने का कारण बन गया है।

गुरु नानक साहिब राग वडहंस के एक पावन शबद में फरमान करते हैं कि हमारा स्वामी एक सुंदर अमृतमयी फलों से लादा हुआ वृक्ष है और जिन्होंने यह अमृतमयी नामु-रस चखा, वे मायक पदार्थों की भूख-प्यास की ओर से संतुष्ट हो जाते हैं :

साहिबु सफलिओ रुखड़ा अंम्रितु जा का नाउ ॥
जिन पीआ ते त्रिपत भए हउ तिन बलिहारै जाउ ॥ (पन्ना ५५७)

तथा:

तरवर पंखी बहु निसि बासु ॥
सुख दुखीआ मनि मोह विणासु ॥ (पन्ना १५२)

राग सोरठि में भी मनुष्य को कृषक की तुलना देते हुए वातावरिणक संसाधनों के सरल, सुचारू तथा संतोषी प्रयोग करने हेतु नैतिक मूल्यों की ऊंची व निर्मल प्रेरणा दी गई है :

मनु हाली किरसाणी करणी सरमु पाणी तनु खेतु ॥
नामु बीजु संतोखु सुहागा रखु गरीबी वेसु ॥
भाउ करम करि जंमसी से घर भागठ देखु ॥
(पन्ना ५९५)

हम सभी बनस्पति की हरियाली के प्रभाव (Green house effect) से भली-भांति अवगत हैं। विश्वव्यापी तापमान निरंतर बढ़ रहा है। वृक्षों से भरे जंगलातों को काट कर (Deforestation) किये जा रहे शहरीकरण (Urbanization) और प्राकृतिक हरियाली को जलाने के कारणों से लगभग २० करोड़ टन Co_2 प्रत्येक वर्ष वायुमंडल में शामिल हो रही है। चाहे संसार के सभी बुद्धिमानों की भविष्य में आ रहे कष्ट की चिंता है परंतु कोई अपनी जीवन-शैली बदलने को तैयार नहीं और नेता-लोग भी हरी क्रांती, कृषक पक्षीप हरी गर्वनमेंट, हरियावले नगर तथा प्रदूषण-मुक्त औद्योगिक इकाइयों को अनिवार्य करने के भाषणों से समय व्यतीत कर रहे हैं। व्यवहारिक रूप से रिश्वतखोरी के रोग से चिमड़े गलत सियास्त करने वाले लोग अपने चहेते अधिकारियों की मिलीभुगत द्वारा 'हरि प्रभु' की ओर से बख़्शी धरती की हरियाली को नित्य नये बहानों से उजाड़कर, सीमेंट-सरिये की ऊंची संरचनाओं का (मनुष्य-जीवन के लिए आवश्यक परिस्थितियों को नष्ट करते) उजाड़ों का सृजन कर रहे हैं। वायु, जल और धरती, आकाश को विषैला किया जा रहा है। गुरु नानक साहिब की शिक्षायें हमें इन प्राकृतिक तत्वों को सजीव करने और इनकी जीवन प्रदान करने की क्षमता को कायम रखने के लिए बार-बार परिपक्व करा रही हैं :

—राती रुती थिती वार ॥
पवण पाणी अगनी पाताल ॥
तिसु विचि धरती थापि रखी धरम साल ॥
(पन्ना ८)

—पहिला पाणी जीउ है जितु हरिआ सभु कोइ ॥ (पन्ना ४७२)

—पउणु गुरू पाणी पित जाता ॥
उदर संजोगी धरती माता ॥
रैणि दिनसु दुइ दाई दाइआ
जगु खेलै खेलाई हे ॥ (पन्ना १०२१)

अनियोजित प्रकृति-स्रोत संपत्ति की उपभोगता ने ऋतुओं में अप्राकृतिक बदलाव, अन-अनुमानित प्राकृतिक अपदाओं, भूकंपों, बरसातों के कारण आने वाली बाढ़ों, आंधियों, तूफानों ने सरकारी प्रबंधों को ध्वस्त करते हुए साधारण लोगों को कयामत की कथाओं का साक्षात्कार कराना प्रारंभ कर दिया है। अधिक झाड़ देने वाली फसलों की लालसा, जिसके लिए अधिक कैमीकल

खादों, कीटनाशक दवाइयों और जल स्रोतों की आवश्यकता है तथा कटाई के पश्चात नडुए को आग लगा कर जलाना वायुमंडल को प्रदूषित करके मानवी श्वास-प्रणाली में बिगाड़ ला रहे हैं और धरती की उपजाऊ क्षमता को नष्ट कर रहे हैं। विभिन्न वर्गों की ओर से देश के भीतर मनाये जा रहे त्योहारों पर शोरो-गुल, चका-चौंध करती रौशनियों तथा आतिशबाजियों ने जीवन के लिए अत्यंत आवश्यक सुखमयी प्राकृतिक शांत वातावरण को बहुत क्षति पहुंचाई है। यहां तक बहुभांतीय प्रदूषण बढ़ चुका है कि अब तो वैज्ञानिकों ने ज्ञात करके बता दिया है कि वायुमंडल की ओज़ोन परत में छिद्र हो गए हैं और यदि हमने अनुकूल प्रबंध न किये तो धरती पर मनुष्य-जीवन को खतरा पैदा हो सकता है। गुरु नानक साहिब के निर्मल उपदेशों पर व्यवहार करते हुए वातावरण के प्रदूषित होने के कारण बन रहे असंतुलन की विपदा से निश्चयपूर्वक बचा जा सकता है।

७. *सारांश*

* उपर्युक्त चर्चा दर्शाती है कि सांसारिक वायुमंडल (Global Environments) में आ रहे बदलावों के कारण उत्पन्न हो रहे खतरों की समस्या से मनुष्य-जीवन को सुरक्षित रखने के लिए श्री गुरु नानक देव जी की पर्यावरिणक शिक्षाओं को वैज्ञानिक सोच/विचार और अमल/व्यवहार द्वारा अपनाया जाना आवश्यक हो गया है।

* वातावरण तत्वों पवन, पानी, धरती, आकाश की स्वच्छता तथा ताजगी के लिए आवश्यक निरोधक तथा सावधानी से प्रेरित समाधान निश्चित करते कानूनों को पूर्ण कठोरता सहित लागू किये जाना हमारा प्रथम आवश्यक कर्त्तव्य बनता है।

* मानवी मानसिकता तथा बौद्धिकता को वैज्ञानिक पहुंच अनुसार ही विकसित होना चाहिए।

* धर्म, दर्शन, ज्ञान और विज्ञान आदि एक ही वृक्ष की लताएं हैं। मानवी शख़्सीयत निर्माण, नैतिक मूल्यों तथा आचरण का ऊंचापन या श्रेष्ठ सामाजिक सभ्याचार बनाने के लिए अध्यात्मवाद अनिवार्य आवश्यकता है।

* वैज्ञानिक खोजों से प्राप्त सुख-सुविधाओं तथा संपदा-संपन्नता ने वातावरण की शुद्धता को ध्यान में रखते हुए उन्नति करनी है, कहीं उन्नति करते-करते स्थिति को बिगाड़ ही न बैठें! सावधानी सहित संतुलित सहज बनाने की ओर क्रियाशील होना चाहिए।

प्रसंग पुस्तकें :

१. श्री गुरु ग्रंथ साहिब दर्पण -प्रो. साहिब सिंघ
२. सिख धर्म दर्शन -भाई सरदूल सिंघ कवीशर
३. गुरबाणी विच मौजूदा ते भविक्ख विगिआन -प्रो. तरलोचन सिंघ (महाजन)
४. बारामाहां तिन्ने -प्रिं. सतिबीर सिंघ
५. गुरु नानक-रूपाकार : व: कोज़लोव -प्रगति प्रकाशन मासको
६. गुरबाणी ते समकाली पंजाबी सभिआचार -डॉ. कुलवंत कौर
७. Global Environment and Sikh Faith--Paper Read at National Seminar by Dr. Malkit Singh (Head Geography Deptt., Lyalpur Khalsa College, Jalandhar.
८. Eco-Philosophy Guru Granth Sahib--Paper Read by Dr. N. Muthu Mohan (Prof. and Head, Deptt. of Guru Nanak Studies, Madurai Kamraj University, Madurai).

कादर का निवास स्थान 'कुदरत' प्रदूषित क्यों?

*-स. कुलतार सिंघ 'कुलतार'**

गुरबाणी में गुरु साहिबान ने जिस प्रकार कुदरत या प्रकृति का विशाल चित्रण किया है इस प्रकार का उदाहरण शायद ही और कहीं मिले। श्री गुरु नानक देव जी की 'आरती' इस दृष्टि से एक बहुत ही महत्वपूर्ण रचना है, जहां आसमान एक थाल है, सूर्य और चंद्रमा उसमें जल रहे दो दीपक हैं, तारे उसमें मोतियों की तरह चमक रहे हैं। फूलों से लदी हुई प्रकृति सुगंधित धूप की तरह सुगंध बांट रही है और समस्त वनस्पति पवन के साथ मिलकर सुगंधित चवर झुलाने का काम कर रही है। ऐसी विशाल आरती हम को अद्वैतवादी रुचियों की ओर प्रेरित करके ऐसी दिशा में ले जाती है जहां कुदरत और ब्रह्म एक-दूसरे में समाये हुए हैं। दूसरे शब्दों में पारब्रह्म स्वयं कुदरत में समाया हुआ है। इस अगंमी मिलन का आलौकिक अनुभव करते हुए श्री गुरु नानक देव जी विस्मादी मनोस्थिति में कह उठते हैं :

बलिहारी कुदरति वसिआ ॥
तेरा अंतु न जाई लखिआ ॥ (पन्ना ४६९)

बारह माह तुखारी इसका एक अन्य प्रकट उदाहरण है, जिसमें जीव-स्त्री/आत्मा अपने परमात्मा को पाने के लिए प्रकृति के परिवर्तन के अनुसार विरह के अनुभव में से गुजर रही है। गुरु साहिब ने बार उपक्षेत्र के वे चित्र बाणी में प्रदर्शित किये हैं जो समस्त पंजाबी साहित्य में अपना उदाहरण स्वयं ही हैं।

संक्षिप्त में, प्रकृति एक ऐसी प्रेरणा है जिसके द्वारा प्रभु तक पहुंचने के लिए विस्माद की मनोस्थिति तक पहुंचा जा सकता है। 'आसा की वार' के भीतर के 'विस्माद' वाले श्लोक विचाराधीन लाये जा सकते हैं। इस प्रकार गुरबाणी में प्रकृति का जिक्र बार-बार करते हुए उसके द्वारा आलौकिक अनुभव पेश किया गया है। गुरु साहिबान से लेकर बीसवीं सदी के प्रसिद्ध विद्वान भाई वीर सिंघ तक ने इस सुंदर और मनमोहक प्रकृति का वर्णन करते हुए इसको ब्रह्म या पारब्रह्म का निवास-स्थान कहा है।

जिस प्रकृति में पारब्रह्म का निवास है उसको अच्छी प्रकार से संभाल कर रखना आज उस व्यक्ति का परम धर्म है जो उस परम पिता परमात्मा के अस्तित्व में विश्वास रखता है। इस प्रकृति को नष्ट करने के अर्थ हैं कि हम पारब्रह्म को नाराज़ कर रहे हैं। ज़रा सोचें! क्या हमने कभी इस दृष्टि को अपनाया है? बल्कि आज का मनुष्य तो प्रकृति की उचित संभाल करने के स्थान पर इसको ध्वस्त करने पर उतारू हुआ पड़ा है। दूसरे शब्दों में वह परमात्मा की नाराज़गी मोल ले रहा है।

आज स्थिति यह है कि पूरा वायुमंडल फैक्टरियों, वाहनों, परमाणु तजुर्बों आदि के धुएं से अत्यंत प्रदूषित हो चुका है और यह प्रदूषण निरंतर बढ़ रहा है। रासायनिक पदार्थों का अंधाधुंध प्रयोग और कारखानों में से निकलते विषैले रासायनिक पदार्थों ने समस्त धरती और इस पर बह रहे दरियाओं को भी गंदे नालों में बदल दिया है। इन रासायनिक पदार्थों की

बदौलत हवा तेज़ाबी वर्षा करने लग गई है। इसके परिणामस्वरूप मनुष्य अनेकों उपचार की परिधि में न आने वाली बीमारियों से ग्रस्त होता जा रहा है। धरती पर से जंगलों का नष्ट होना, न केवल मौसमों को ही बदल रहा है बल्कि धरती की अनेकों योनियों अथवा जीवों में से कई योनियों का निशान ही मिट चुका है और कई योनियां विनाश के कगार पर पहुंच चुकी हैं। यहां ही बस नहीं, धरती और सूर्य के भीतर ओजोन परत में छिद्र होने की वजह से इसके कमज़ोर पड़ने का खतरा उत्पन्न हो गया है। यदि यह सिलसिला इसी प्रकार से जारी रहा तो वह दिन दूर नहीं जब धरती पर मनुष्य का जीना मुश्किल हो जाएगा। संक्षिप्त में, आज गुरु समान पवन, पिता समान पानी और पांचों तत्व अत्यंत प्रदूषित हो चुके हैं।

अत: यदि हम ब्रह्म की प्राप्ति चाहते हैं तो सर्वप्रथम उसकी साजी हुई कुदरत अर्थात् उसके निवास स्थान 'प्रकृति' की उचित संभाल करें। व्यक्तिगत लाभ की दौड़ में पड़ कर न सीमा से अधिक जंगल काटें, न पानी प्रदूषित करें, न हवा में विष फैलाएं और न ही शांत वातावरण को विनाशकारी आवाजों, बमों, तोपों, स्पीकरों, वाहनों या कारखानों के फालतू शोरो-गुल से प्रदूषित करें। आज हर मनुष्य का कर्त्तव्य है कि वह सर्वाधिक आवश्यक कार्य "वातावरण शुद्धि" की तरफ ध्यान केंद्रित करते हुए ऐसी हर स्थिति का विरोध करे जिससे वातावरण प्रदूषित होता हो। हम उद्योगपतियों से मांग करें कि कारखानों में से निकल रहे कचरे को शोधने की व्यवस्था हो, धरती के चप्पे-चप्पे पर वृक्ष और फूलों वाले पौधे तथा अन्य पौधे लगाए जाएं, वाहनों का प्रयोग कम से कम किया जाए इत्यादि। इस प्रकार पारब्रह्म से मिलने के समय हमें लज्जित न होना पड़े और प्रभु को हम पर ऐसा गिला करने का अवसर न दिया जाए कि ऐ मनुष्य! मैं तो तुझे इस कुदरत को और खूबसूरत, सुहाना और मनमोहक बनाने के लिए दिल एवं दिमाग देकर इस धरती पर समूह जीवों का सरदार बना कर भेजा था परंतु तूने तो मेरे निवास स्थान 'कुदरत' को ही प्रदूषित कर दिया है!

अनुवादक : सुरिंदर सिंघ निमाणा।

नया वर्ष

नया वर्ष इस पुण्य धरा को हो हितकारी!
याद रहे कर्त्तव्य, भविष्य होवे सुखकारी!
वरण करे समृद्धि, देश में हो खुशहाली!
रजत-रश्मियों से, आलोकित होवे लाली!
सरल-शांत सौभाग्यपूर्ण मानव जीवन हो!
मंगलमय, सुख-शांतिपूर्ण, मानव जीवन हो!
गतिमय चरण बढ़े निष्ठा से, वैभवमय स्वराज हो!
लहरायें खेतों में फसलें, श्रम से सुखी समाज हो!
महके सुरभित सुरभि, वृष्टि भी यथा समय हो!
यह गौरवमय वर्ष, सभी को मंगलमय हो!
हो पुनीत कर्त्तव्य, सत्य की सदा विजय हो!
झूठ की पराजय, सत्य की जय हो!
नव वर्ष सभी के लिए मंगलमय हो!

-श्री प्रेमचंद्र विद्यार्थी, रेड लाइन, पलंदी चौक, दमोह (म. प्र.)।

श्री गुरु नानक देव जी और कृषि विज्ञान

*-स. सुरजीत सिंघ**

श्री गुरु ग्रंथ साहिब जी के पहले बाणीकार और सिख धर्म के प्रवर्त्तक श्री गुरु नानक देव जी ने भले ही बाणी में मनुष्य की उपजीविका के लिए किए जाते प्रमुख व्यवसायों की बात की है, परंतु कृषि के साथ उनका खास लगाव प्रतीत होता है। आप जी ने जगत-जलंदे को शीतलता प्रदान करने हेतु की यात्रायों के उपरांत उदासी चोला उतार करतारपुर (पाकिस्तान) के पावन स्थान पर लगभग ५४ वर्ष की आयु में हल की जंघी (मुट्ठा) को हाथ डालकर कृषि के व्यवसाय को १८ वर्ष लगातार अंजाम दिया। इस प्रकार संसार के लोगों को संसारी वस्तुओं की आपूर्ति के लिए ईमानदाराना शारीरिक श्रम करने का संदेश दिया ताकि श्रमिक व मेहनतियों के बिलकुल स्वस्थ, खुशहाल और आरोग्य समाज की सृजना की जा सके। आप जी का पावन फरमान है :

घालि खाइ किछु हथहु देइ ॥
नानक राहु पछाणहि सेइ ॥ (पन्ना १२४५)

उपरोक्त उपदेश को साकार रूप में लाते हुए आप ने मलक भागो की बजाए भाई लालो जैसे श्रमिक को मान-बढ़ाई देकर निवाजा। आप जी ने एक सफल मानव-जीवन के निर्माण के लिए तीन मजबूत स्तंभ—नाम जपना, किरत करना और बांट कर छकना के आधार पर पर बल दिया, ताकि मानव०जीवन के अंदरूनी और बाहरी (रूहानी और दुनियावी) जीवन में संतुलन कायम रखा जा सके।

अगर समस्यायों से भरपूर आज का समाज श्री गुरु ग्रंथ साहिब में दिए नाम जपने, किरत करने और बांट कर छकने के अलाही सिद्धांत को साकार रूप में अपना ले तो एक आदर्श समाज की नींव रखी जा सकती है और हम 'बेगमपुरे' के वासी हो सकते हैं। ऐसे समाज का हर अंग एक उसारू और आगे बढ़ने की वृत्ति का धारक हो सकता है :

मिठा बोलणु निव चलणु हथहु दे कै भला मनाए। . . .
घालि खाइ सुक्रितु करै वडा होइ न आपु गणाए। (भाई गुरदास जी, वार २८:१५)

पंजाब की धरती को भारत के अन्न-भंडार का सम्मान प्राप्त है और यह सब कुछ श्री गुरु नानक देव जी की महान मेहनत एवं बख्शिश के कारण ही है, क्योंकि पंजाब के लोग कृषि के व्यवसाय को श्री गुरु नानक देव जी की ओर से बख्शा व्यवसाय समझ कर करते हैं और उनके जीवन में पंजाबियों खास कर सिखों की अमिट छाप है। यही कारण है कि सिख किसानों ने केवल भारत की धरती पर ही नहीं बल्कि विदेशों (अमेरिका, आस्ट्रेलिया, जापान आदि) में भी अपनी मेहनत और आगे बढ़ने की सोच के कारण अनाज के भंडारों में वृद्धि ही नहीं की, बल्कि उन देशों की खुशहाली और प्रगति में भी अपना बहुत सारा योगदान दिया है।

श्री गुरु ग्रंथ साहिब जी का विषय-वस्तु

बाबा बकाला, जिला अमृतसर।

चाहे विज्ञान नहीं है लेकिन फिर भी इस महान और अद्वितीय ग्रंथ के अंदरूनी संकेत और सच आज के वैज्ञानिकों को हैरान कर देते हैं। इस आलेख का विषय क्योंकि कृषि के साथ संबंधित निर्देषों से है, इसलिए आयें, इस संबंधी कुछ निर्देषों का जिक्र करें :

१. उद्यम और मेहनत

मनुष्य की उपजीविका के लिए किया जाता हर व्यवसाय उद्यम और मेहनत की मांग करता है। कृषि इन्हीं चीजों की कुछ अधिक मांग करती है, क्योंकि यह नीले खुले आसमान के नीचे की जाती है और प्रतिकूल वातावरण जैसे कि वर्षा, सूखा, ज्यादा और कम तापमान आदि किसान के वश में नहीं है। थोड़ा सा आलस और ढील करने से ही दूर-रसिक नतीजे निकल सकते हैं और किसान को भारी नुकसान का सामना करना पड़ सकता है। इसलिए हर किसान को श्री गुरु ग्रंथ साहिब के महान वाक्य को हमेशा ध्यान में रखना चाहिए :

उदमु करेदिआ जीउ तूं कमावदिआ सुख भुंचु ॥
धिआइदिआ तूं प्रभू मिलु नानक उतरी चिंत ॥
(पन्ना ५२२)

२. बढ़िया बीज की बिजाई

अच्छे बीज का पहला गुण यह है कि वह निरोग और बढ़ने योग्य हो। दाल हुआ (दो-फाड़) बीज अपनी शक्ति खो बैठता है। गुरू-वाक्य है:

बीउ बीजि पति लै गए अब किउ उगवै दालि ॥
जे इकु होइ त उगवै . . . ॥ (पन्ना ४६८)

अच्छे बीज का दूसरा गुण है कि वह खालिस और अनुकूल होना चाहिए, क्योंकि बोए हुए बीज के अनुसार ही फल की आशा की जा सकती है :

जेहा बीजै सो लुणै करमा संदड़ा खेतु ॥
(पन्ना १३४)

किक्कर (एक कांटेदार वृक्ष) के बीज बोकर अंगूर की आशा करनी मूर्खता है :

फरीदा लोड़ै दाख बिजउरीआं किकरि बीजै जटु ॥
हंढै उंन कताइदा पैधा लोड़ै पटु ॥ (पन्ना १३७९)

३. समय पर बिजाई

हरेक फसल की बुआई और काटने के लिए निर्धारित ऋतु है। धान की खेती गर्मी में ही होती है और गेहूं की खेती की बुआई और विकास के समय ठंड और पकने के समय गर्मी की आवश्यकता है :

आन रूती आन बोईऐ फलु न फूलै ताहि ॥
(पन्ना १००२)

कुरुता बीजु बीजे नही जंमै सभु लाहा मूलु गवाइदा ॥ (पन्ना १०७५)

अतः पूरा-पूरा लाभ प्राप्त करने के लिए अनुकूल ऋतु की बहुत ही महत्ता है :

. . . रुती हू रुति होइ ॥ (पन्ना ४६८)

४. बुआई से पहले जमीन को साधना जरूरी है

बुआई के समय जमीन को बीज के उगने योग्य हालात में तैयार करना आवश्यक है ताकि बोया हुआ बीज आसानी से उग कर आवश्यकता के अनुसार फल-फूल सके।

धरति काइआ साधि कै विचि देइ करता बीउ ॥ (पन्ना ४६८)

कलराठी धरती में बीज बो कर लाभ नहीं प्राप्त किया जा सकता। इसको बुआई से पहले जिप्सम आदि के साथ लेना भी आवश्यक है। गुरू-वाक्य है :

कलरि खेती बीजीऐ किउ लाहा पावै ॥
(पन्ना ४१९)

५. हर बीज जीवित है

श्रीमान जगदीश चंद्र बोस ने लगभग दो सदियां पहले यह प्रमाण संसार के सामने पेश किया था कि पौधे भी जीवित हैं, लेकिन श्री गुरु ग्रंथ साहिब जी ने इससे बहुत समय पहले यह दर्शा दिया था कि बीज का हर दाना जीवित है, क्योंकि वह बढ़ता-फूलता अपने जैसे अन्य हज़ारों ही बीज पैदा कर लेता है :

जेते दाणे अंन के जीआ बाझु न कोइ ॥
(पन्ना ४७२)

६. पानी की महत्ता

पानी के बिना खेती नहीं हो सकती। दरअसल पानी पहला जीउ है जिस कारण अन्य सभी वनस्पति, जीव-जंतु हरे-भरे हो जाते हैं :

पहिला पाणी जीउ है जितु हरिआ सभु कोइ ॥
(पन्ना ४७२)

हर पौधे को अनुकूल परिस्थिति में पानी मिलना चाहिए। पानी की कमी के कारण पौधे, शाखाएं मुरझा जाती हैं और इस तरह पूरे (फल) की प्राप्ति नहीं हो सकती।

७. पानी का प्रयोग संयम से हो

भूमि के नीचे के पानी के स्तर का हर वर्ष नीचे चला जाना और इसकी कमी आज देशवासियों के हर सरकारे-दरबारे में चिंता का विषय बना हुआ है। इसका बड़ा कारण गर्मियों में धान की फसल को आवश्यकता से अधिक पानी देना है, लेकिन यह नहीं समझा जा रहा कि पानी की कमी की तरह पानी की बहुतात भी खेती के लिए नुकसानदेय हो जाती है। पानी की कमी की पूर्ति तो पानी देने के साथ ही हो जाती है, लेकिन अधिक मात्रा में दिये गये पानी से भी फसल में उन्नति नहीं हो सकती, भले ही उसको पानी में डुबकियां भी क्यों न लगाई जाएं। गुरु-वाक्य है :

तती तोइ न पलवै जे जलि टुबी देइ ॥
(पन्ना १३८१)

८. खरपतवारों से बचाव

अच्छी व भरपूर मात्रा में फसल की प्राप्ति के लिए खेत में से दूसरे हानिकारक पौधों (खरपतवारों) को निकालना बहुत जरूरी है, ताकि पाई जाने वाली खाद, आवश्यकता के अनुसार धूप और बोई हुई फसल की जगह का सुयोग्य प्रयोग हो सके :

कामु क्रोधु दुइ करहु बसोले गोडहु धरती भाई ॥
जिउ गोडहु तिउ तुम्ह सुख पावहु किरतु न मेटिआ जाई ॥ *(पन्ना ११७१)*

९. पौधों के लिए धूप की मात्रा

लगभग सारी की सारी वनस्पति सूरज की किरणों से ही प्रफुल्लित होती है। पौधों के बीच का मादा तो इसके बिना बनता ही नहीं है। फूलों का खिलना भी इन्हीं सूर्य की किरणों के कारण ही है :

पसरी किरणि रसि कमल बिगासे ससि घरि सूरु समाइआ ॥ *(पन्ना १३३२)*

उपर्युक्त गुरु-फरमान मुख्य तौर पर पावन गुरबाणी में आध्यात्मिक प्रसंग में ही अंकित किए गए हैं, परंतु मनुष्य को समझाने के लिए कुछ कृषि विज्ञान से संबंधित प्रतीकों, युक्तियों तथा तथ्यों को भी गुरु साहिबान द्वारा उपयोग में लाया गया है, ताकि आध्यात्मिक भाव की मनुष्य के मन तक सही तरह रसाई हो सके।

अनुवादक : स. ऊधम सिंघ

गुरबाणी में वातावरण चेतना

–*श्रीमती राज शर्मा**

वन धरती का रूप है, वन ही धन की खान।
वन प्राणी का जीवन है, वन से राष्ट्र महान।

मानव और विश्व के समस्त जीव-जंतु, चारों ओर बिखरी हरियाली, उड़ते-फुदकते पक्षी, ऊंचे पहाड़, घने जंगल, वनों में से गुज़र कर बहती कलकल करती नदियां, शांत झीलें, रंग-बिरंगे फल-फूलों वाले स्थान तथा शांत वातावरण ही पर्यावरण है। प्रकृति अपने भीतर अगाध रंग-रूप, रस एवं गंध की सम्पदा छिपाये हुए है, जिसे वह बिना किसी भेदभाव और अपार उदारता से हमें मुक्त हाथों वितरित करती रहती है। तभी तो जंगल हमारे मंगल की बुनियाद माने जाते हैं।

जिन पेड़-पौधों को हम अपनी बुद्धि एवं शक्ति के समक्ष बहुत बौना समझते हैं, वास्तव में हम स्वयं ही बौने हैं। पेड़-पौधे तो प्रकृति के फेफड़े हैं। छोटे-छोटे कीट-पतंगे भी प्रांगण में सहायक हैं। इनसे बंजर जमीन भी लहलहा उठती है। हम अत्यंत सौभाग्यशाली हैं कि हमें ऐसा पर्यावरण मिला जहां जन्म लेने वाले सभी जीव भले ही वे पेड़-पौधे हों, कीड़े-मकौड़े हों या फिर निर्जीव हवा, पानी और मिट्टी, सभी अपनी-अपनी जिम्मेवारी निभाते हुए प्रकृति को बचाये रखने में निरंतर प्रयासरत हैं।

केवल मानव ही ऐसा प्राणी है जो अपने कर्त्तव्यों को निरंतर भुलाने पर ही बजिद है। केवल इतना ही नहीं, वह लगातार पृथ्वी पर अत्याचार भी बढ़ा रहा है। आज मानवीय कारणों से ही जल, स्थल और वायुमंडल प्रदूषित हो रहा है, जिसकी सजा वन्य-प्राणियों को भी भुगतनी पड़ रही है। मानव-अहंकार ने उसे प्रकृति से बहुत दूर लाकर खड़ा कर दिया है। जिन जंगलों में कभी सूर्य को भी नज़र मारने के लिए अपार कठिनाई होती थी आज उन जंगलों की बीहड़ता समाप्त हो रही है। जिन पहाड़ों की सैर के लिए हम उनकी हरियाली की वजह से आकर्षित होते थे वही पहाड़ नंगे होने लगे हैं। बहुत अफसोस है कि हम प्रकृति के इन खूबसूरत उपहारों को समेटने का उत्तरदायित्व नहीं निभा पा रहे हैं, अपितु इसके विपरीत इन प्राकृतिक उपहारों के लिए हमने लूट-खसूट मचाई हुई है। वन-क्षेत्र कम होने से जीव-जंतुओं के अतिरिक्त ऋतु-चक्र पर भी गहरा दुष्प्रभाव पड़ रहा है। वर्षा-ऋतु के आने से ज्यादा फेरबदल हो रहा है, नदियां-नाले सूख रहे हैं, पृथ्वी ज्यादा शुष्क हो रही है और फसलें बर्बाद हो रही हैं। अफसोस तो यह है कि हमारी गतिविधियों से जहरीली होती हवा, पानी और मिट्टी के कारण जीव-जंतु भी समाप्त होने की कगार पर हैं। जरा कल्पना तो करें कि तब क्या होगा जब केवल मनुष्य ही होगा जब शेष कोई और रह ही न गया?

परंतु दूसरी ओर संतोषजनक बात यह है कि आज भी बहुत-से लोग प्रकृति के प्रति किये जा रहे अत्याचारों को रोकने में प्रयत्नशील हैं। वे लोगों में एक नई चेतना पैदा करना चाहते

**पुस्तकालय अध्यक्ष, आर. आर. बावा, डी. ए. वी. कॉलेज फॉर गर्ल्ज़, बटाला (गुरदासपुर)-१४३५०५*

हैं। भले ही जिस प्राकृतिक सम्पदा को हम निरंतर खो रहे हैं अभी भी जो बचा है, कम से कम उसे तो संभाल ही सकते हैं। उसका संरक्षण करना हमारी नैतिक जिम्मेदारी भी है।

हमारी प्राचीन साहित्य रचनाओं ने पेड़-पौधों के महत्व को जानते हुए इनकी पूजा धर्म के साथ जोड़ दी। सर्वसांझी गुरबाणी में पूजा का विधान नहीं लेकिन इसकी लोक-कल्याणकारी विचारधारा का साक्षात दर्शन होता है। श्री गुरु नानक देव जी मध्यकालीन भारत की चमत्कारी और प्रतिभावान हस्ती हैं, जिन्होंने अपने समय के वातावरण के अनुसार हमें जीवन-मूल्य दिये, जो आज भी हमारे लिए उतने ही मूल्यवान और प्रभावी हैं। गुरबाणी में वातावरण चेतना को बहुधा परिलक्षित होना हमें भविष्य के लिए एक सूझवान दिशा-निर्देश देता है।

श्री गुरु नानक देव जी परमात्मा को ही सृष्टि का कर्त्ता मानते हैं। जपु जी साहिब के आरंभ में अंकित मूल-मंत्र में ही श्री गुरु नानक देव जी परमात्मा को 'करता पुरख' स्वीकार करते हैं। परमात्मा स्वयं ही सृष्टिकर्त्ता है, स्वयं ही उसमें विचरण करता है :

—आपीन्है आपु साजिओ आपीन्है रचिओ नाउ ॥ *(पन्ना ४६३)*

—तूं आपे आपि वरतदा आपि बणत बणाई ॥ *(पन्ना १२९१)*

—राती रुती थिती वार ॥
पवण पाणी अगनी पाताल ॥
तिसु विचि धरती थापि रखी धरम साल ॥ *(पन्ना ७)*

अत: परमात्मा की सृष्टि को नष्ट करने का हमें कोई अधिकार नहीं। ऋतुओं का संबंध भी पेड़-पौधों से है और उसी के संदर्भ में गुरबाणी में रागों के आधार पर प्रभु-यश गायन पर जोर दिया गया है :

नानक तिना बसंतु है जिन्ह घरि वसिआ कंतु ॥
जिन के कंत दिसापुरी से अहिनिसि फिरहि जलंत ॥ *(पन्ना ७९१)*

यहां राग बसंत की सार्थकता तभी (सलोक महला २) बनती है जब बसंत में उपजने वाली वनस्पति को संभाला जाये।

गुरबाणी में समाज की अलग-अलग श्रेणियों का आध्यात्मिक जीवन-ढंग बताते हुए, श्रम को अधिमान देते हुए किसान भाइयों के लिए फरमाते हैं :

मनु हाली किरसाणी करणी सरमु पाणी तनु खेतु ॥
नामु बीजु संतोखु सुहागा रखु गरीबी वेसु ॥ *(पन्ना ५९५)*

अगर किसान भाई इसी तथ्य को जेहन में रखते हुए अपने खेतों की समुचित संभाल करें तो आज अच्छी और स्वस्थ पैदावार देने के साथ-साथ किसानों द्वारा की जा रही आत्म-हत्याएं भी रुक सकती हैं।

श्री गुरु नानक देव जी की बाणी में प्रकृति के विस्तृत वर्णन, कुदरत संबंधी नजदीकी, अनुभव और शक्ति की अपार मिसाल मिलती है। आपके अनुसार कुदरत का जीवन नियमबद्ध है, सुंदर है, एकसुर है, राग से भरपूर है, सारी प्रकृति के हर पक्ष में एक विशेष नियम है।

'आसा की वार' में श्री गुरु नानक देव जी बड़े सुंदर ढंग से पेश करते हैं कि सृष्टि में विचरण करने वाला हर तरह का जीव-जंतु, आकाश-पाताल, समुद्र, द्वीप और ब्रह्मांड सभी उसी ने उत्पन्न किये हैं और वही इसके विषय में जानता है :

पुरखां बिरखां तीरथां तटां मेघां खेतांह ॥

दीपां लोआं मंडलां खंडां वरभंडांह ॥
(पन्ना ४६७)

अगर उस प्रभु के उत्पन्न किये हुए को हम बढ़ा नहीं सकते तो उसे समाप्त करने का अधिकार भी हमें नहीं है। अत: हमें इस सम्पदा को संभालना ही होगा।

कुदरत की गहराई श्री गुरु नानक देव जी के तुखारी राग में उच्चरित 'बारह माहा' में भी देखी जा सकती है, जिसका एक अंश इस प्रकार है :

चेतु बसंतु भला भवर सुहावड़े ॥
बन फूले मंझ बारि मै पिरु घरि बाहुड़ै ॥
पिरु घरि नही आवै धन किउ सुखु पावै बिरहि बिरोध तनु छीजै ॥
कोकिल अंबि सुहावी बोलै किउ दुखु अंकि सहीजै ॥
भवरु भवंता फूली डाली किउ जीवा मरु माए ॥
नानक चेति सहजि सुखु पावै जे हरि वरु घरि धन पाए ॥ *(पन्ना ११०७-०८)*

'तुखारी' शीत ऋतु का राग है और छंद श्रृंगार रस प्रधान काव्य-रूप है। इन दोनों के संयोग से श्री गुरु नानक देव जी द्वारा रचित बारह माहा अस्तित्व में आया।

तलवंडी में भैंसें चराने समय से लेकर करतारपुर में भौतिक जीवन के अंतिम क्षण तक वे प्रकृति का भरपूर आनंद उठाते रहे। आपने प्रकृति की रचना को गहराई से निहारा और प्यार किया। आकाश को थाल, चांद-सूर्य को दीपक, तारों को मोती, हवा को फूल बना कर आरती करते हुए गुरु जी ने निहारा और आरती में इस प्रकार वर्णित किया :

गगन मै थालु रवि चंदु दीपक बने
तारिका मंडल जनक मोती ॥
धूपु मलआनलो पवणु चवरो करे
सगल बनराइ फूलंत जोती ॥ *(पन्ना १३)*

आपने कर्म और फल की महत्ता को बताया है :

आपे बीजि आपे ही खाहु ॥ *(पन्ना ४)*

तीसरी पातशाही श्री गुरु अमरदास जी बसंत ऋतु के विषय में फरमाते हैं :

नानक तिसै बसंतु है जि सतिगुरु सेवि समाइ ॥
हरि वुठा मनु तनु सभु परफड़ै सभु जगु हरीआवलु होइ ॥ *(पन्ना १४२०)*

सोरठि राग में श्री गुरु अरजन देव जी कहते हैं :

सगल बनसपति महि बैसंतरु सगल दूध महि घीआ ॥ *(पन्ना ६१७)*

इस तरह गुरबाणी हमें प्रेरित करती है कि हम दूसरों पर निर्भर न करें। वक्त की मांग है—वृक्षारोपण। हम इस उम्मीद में न बैठें कि चलो दूसरा कोई यह कार्य कर लेगा, अपितु हमें स्वयं को ही यह बीड़ा उठाना होगा।

गुरबाणी में कृषि के व्यवसाय से संबंधित प्रतीकों द्वारा प्रकृति के विगास हेतु भाव प्रस्तुत हुए हैं :

कर हरिहट माल टिंड परोवहु तिसु भीतरि मनु जोवहु ॥
अंम्रितु सिंचहु भरहु किआरे तउ माली के होवहु ॥ *(पन्ना ११७१)*

प्रकृति को इसलिए भी बचाना है क्योंकि:

कुदरति करि कै वसिआ सोइ ॥ *(पन्ना ८३)*

गुरबाणी में आगे कहा है :

—जेते दाणे अंन के जीआ बाझु न कोइ ॥
(पन्ना ४७२)
—पाणी प्राण पवणि बंधि राखे चंदु सूरजु मुखि दीए ॥
मरण जीवण कउ धरती दीनी एते गुण विसरे ॥ *(पन्ना ८७७)*

कितने खूबसूरत ढंग से मनुष्य को प्रकृति के प्रति सूझवान होते हुए अपनी सुध-बुध बनाये रखने के लिए कहा गया है :

पाना वाड़ी होइ घरि खरु सार न जाणै ॥
रसीआ होवै मुसक का तब फूलु पछाणै ॥
(पन्ना ७२५)

विश्व का अनुशासन अर्थात् प्रकृति जब स्वयं इतनी अनुशासित है तो हमें उसका अनुशासन भंग करने का कोई अधिकार नहीं :

जलु तरंग अगनी पवनै फुनि त्रै मिलि जगतु उपाइआ ॥
ऐसा बलु छलु तिन कउ दीआ हुकमी ठाकि रहाइआ ॥ (पन्ना १३४५)

अत: मनुष्य को धरती पर अपना अस्तित्व बचाये रखने के लिए अपनी लालसाओं से उपजी सरगर्मियों को कम करना चाहिए। इंसान वक्त के साथ-साथ कड़वा लगने लगता है, लेकिन फलदार पेड़ वक्त के साथ-साथ मीठे फल देने लगते हैं।

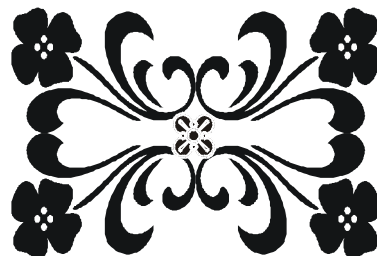
इतना तो कह सकते हैं कि यदि आप पर्यावरण के लिए संवेदनशील हैं और प्रकृति की पीड़ा आपके मन तक पहुंचती है तो संकोच मत करें। यदि हर व्यक्ति न्यूनतम स्तर पर भी प्रकृति की पीड़ा कम करता है तो बदले में प्रकृति मनुष्य-जाति को लंबे समय तक अपना अस्तित्व बनाये रखने में भरपूर सहयोग देगी।

वैनकूवर आयलैंड में इंगमर ली, जूलिया बटरफ्लाई; अफ्रीकी समाज में वांगरी मथारी, डॉ. वंदना शिवा; चिपको आंदोलन के अगुआ श्री सुंदर लाल बहुगुणा तथा अन्य कई मान्यवर हस्तियां हैं जो इस क्षेत्र में अपना प्रभावशाली ढंग से सहयोग दे रही हैं।

हमें भी चाहिए कि गुरबाणी के मार्ग पर चलते हुए हम भी घरों के आंगन में, आस-पास, स्कूलों, अस्पतालों, सरकारी दफ्तरों, कारखानों के आसपास व अन्य संभावित स्थानों पर अधिकाधिक पेड़ लगाएं और काटने वालों को रोकें, अन्यथा हम वृक्षों को काट कर अपने ही भाग्य पर कुल्हाड़ी चलायेंगे। हम सदैव याद रखें कि :

जो जंगल काटता है,
वह नदी, सोते सुखाता है।
बाढ़ और सूखा लाता है,
खेत उजाड़ता है,
भूकंप लाता है,
अकाल-वृष्टि करता है।
चरागाहें नष्ट करता है।
ढोर-डंगर मारता है।
(प्रौढ़ शिक्षा, सितंबर १९८६)

संदर्भ-सूची

१. गुरु नानक बाणी ते विचारधारा, सम्पादक डॉ. रायजसबीर सिंघ।
२. गुरु नानक जी दे ५०० प्रवचन, लेखक डॉ. हरनाम सिंघ शान।
३. गुरबाणी संदेश, लेखक ज्ञानी राजिंदर सिंघ।
४. प्रकृति, पर्यावरण और हम, लेखिका ऋचा मनु।
५. पर्यावरण-प्रदूषण : एक चुनौती, लेखक बी. पी. शर्मा।

प्रदूषित वातावरण
अब क्या होगा?

*-स. अवतार सिंघ**

आज हर कोई प्रश्न करता है कि ६० साल हो गये सुख-शान्ति नहीं। जवाब—'महंगाई'। मेरा प्रश्न है, हमने भारत की गौरवमयी वसुन्धरा को दिया क्या जिसने हमको महान दातें, उपहार अमृत रूपी सरिता जल, औषधिपूर्ण वृक्ष, सुंदर वन जहां चहकते पक्षी, चौकड़ियां भरते भांति-भांति के जीव-जंतु, जो हमारे दैनिक जीवन के प्रति दुर्लभ साधन छिपे? वनस्पति की पैदावार भी इनके ऊपर निर्भर थी जो हमें धन-वैभव से परिपूर्ण रखते थे। आज यह सब कुछ विलुप्त होता जा रहा है, फिर हमें सुख-शांति कहां?

जीव-जंतुओं का शिकार, धन के लालच में खालों की तसकरी, बंदरों को पकड़ विदेशों में भेजना, जंगलों को काट-काट पक्षियों के बसेरों का उजाड़, रेशम के कीड़ों का हक छीन आज पुरातत्व सम्पदा का नाश कर दिया। हमारे पास अब है क्या? हम किस मुंह इस धरती मां से सुख-सुविधा की चाह रखते हैं? वाह! क्या कहना! हमने अपने पैरों पर स्वयं कुल्हाड़ी चला दी। कालीदास जैसे विद्वान कहना चाहते हैं : आधुनिक सुखों के लिए वसुंधरा को खोद, प्राकृतिक वन-सम्पदा का विनाश कर कोयला, खनिज और पेट्रोल जैसे विषैली गैसों का अविष्कार कर हम ही तो वातावरण को दूषित कर मनुष्य को अनेक प्रकार की बीमारियां लगा असहाय बना रहे हैं।

जापान के शहर में एक ऐसा समय आया था कि इंसान को सांस लेना दूभर हो गया था। मोटरगाड़ियों से निकलते धुओं, कारखानों से निकलते धुओं ने कार्बनडाईआक्साईड, मोनोआक्साईड वायुमंडल को ग्रीनहाऊस एफेक्ट, ओजोन गैस ने ब्राह्मंड को इतना घेर लिया कि आक्सीजन की कमी को पूरा किया सेलेंडरों ने जो हर चौराहे पर आक्सीजन से भर कर रखे थे मनुष्य के सांस लेने के लिए। सुबह सैर का मूल मतलब यही है कि हरे-भरे वृक्ष हमको सांस लेने के लिए आक्सीजन प्रदान करते हैं।

समुद्र के जीव भी तेलीय पानी से अपना संसार खो रहे हैं। जहाजों से तेल का गिरना, गंदगी का पानी में छोड़ना आदि से मछलियों का भोजन-पानी दूषित हो जाता है। एल्मोनियम धातु बनाने के लिए संखिया-युक्त खनिज इस्तेमाल करते हैं जिससे कारखाने सल्फरडाईआक्साईड गैस छोड़ते हैं। कोयला जलाने से नाईट्रोजनआक्साईड, हाइड्रोकार्बन गैसें बनती हैं। इन विषैली गैसों से दमा, आंख की जलन, बेजपाईन गैस जो मोटरगाड़ियों की विषैली गैस छोड़ती है, कैंसर रोग प्रदान करती है।

प्रभु-कृपा से मेरा बचपन हरिद्वार-देहरादून की वादियों में व्यतीत हुआ है। प्रभु की प्राकृति देख मन को खुशी, तंदरुस्ती मिलती थी। हमारे पूर्वज वृक्षों के कुंज में, निर्मल नदियों के तट पर ध्यान-मग्न हो वाहिगुरु की भक्ति में लीन रहते थे। परन्तु आज के वातावरण को विषयुक्त करने के लिए निर्मल जल-प्रवाह में मुर्दे, कारखानों का बचा-खुचा विषैला पानी, घर का कूड़ा-करकट, मल-मूत्र नालों के जरिए नदियों

**४३५, कमला नेहरू कालोनी, बठिंडा (पंजाब)।*

में डाल रहे हैं। गुरबाणी के पावन शबद की सार्थकता को खत्म कर रहे हैं :

—पहिला पाणी जीउ है जितु हरिआ सभु कोइ ॥ *(पन्ना ४७२)*

—साचे ते पवना भइआ पवनै ते जलु होइ ॥
जल ते त्रिभवणु साजिआ घटि घटि जोति समोइ ॥ *(पन्ना १९)*

संसार की उत्पत्ति पानी से हुई है। पानी के बिना जीवन असम्भव है। क्या आज हम किसी नदी का जल चुल्लू में भर कर पी सकते हैं? नहीं, नहाने तक को सौ बार सोचना पड़ता है।

जिसकी लाठी उसकी भैंस

'भू-माफिया' किसानों की खेतीहर भूमि, पैसों के बल पर पांच सितारा होटलों, ऊंची-ऊंची इमारतों को खड़ा कर देश को भुखमरी, महंगाई, की तरफ धकेलने का असफल प्रयास कर रहे हैं। अन्न के लिए दूसरे देशों पर निर्भर होना पड़ेगा। ढिंढोरा पीटते हैं, १०० करोड़ देशवासी एक-एक वृक्ष लगाएं। वृक्ष लगाना तो बहुत अच्छी बात है परंतु मेरा प्रश्न यह है कि क्या धरती माता को पत्थर-दिल में बदल कर कंक्रीट में वृक्ष लगाएंगे? जंगलों को कटवाने वाले यही हैं जो हम सब को गुमराह करते हैं। धनकुबेर बन कर भक्त पूरन सिंघ पिंगलवाड़ा श्री अमृतसर के संस्थापक पुकार-पुकार कर, लिख-लिख कर मानव को संदेश देते रहे कि धरती की पुकार सुनो, रक्षा करो, वातावरण को दूषित होने से बचाओ, नहीं तो एक दिन पछताओगे! मानव और प्रकृति के संबंध बिगड़ गये तो दोष हमारा होगा! प्रण करो, पुरातन प्रकृति को वापस लाना होगा।

आज मैं रिटायर हूं। लेखक यह बात कोई अहं भाव से प्रेरित होकर नहीं बल्कि पूर्ण नम्रता में आप सबके साथ सांझी करना चाहता है कि मेरठ से वृक्ष लगाने शुरू किये जिसके मीठे अमरूद, आम वहां के बच्चे खाकर याद करते हैं। कैंट को कैमोफलाई करते हैं। वृक्ष हमारी इमारतों की रक्षा करते हैं, साथ ही छावनी को स्वच्छ आक्सीजन प्रदान करते हैं। फौजी परिवार और बच्चे हरे-भरे वृक्षों की छांव में खेलते-कूदते हैं।

प्रकृति के प्रकोप से हम भूकंप, सूखा और बाढ़ जैसे विनाशकारी दृश्य देखते हैं। मुख्य कारण है जंगलों का कटना, पर्वतों का वातावरण गरमाना, बरसातों का कम होना। गलेशियरों का पिघलना, पानी का बहाव, पर्वतों को तोड़ मिट्टी के तोंदों को बहा मैदानों में रहने वाले का बसेरा उजाड़ देते हैं। कोसी नदी बिहार की, सतलुज नदी पंजाब की ऐसा नज़ारा पेश कर चुकी हैं। आज मानवता पुकार रही है कि प्रकृति से खिलवाड़ न करो। अब क्या होगा?

कबीर तरवर रूपी रामु है फल रूपी बैरागु ॥
एकु बगीचा पेड घन करिआ ॥
अंम्रित नामु तहा महि फलिआ ॥ (पन्ना ३८५)

मेरे पास जमीन नहीं, १०० गज का रैनबसेरा है। मन में था कि घर देहरादून की हरी-भरी वादियों में बनाऊंगा, परन्तु ऐसा न होने पर अपनी आशा को पूरा करने के लिए घर के आगे ही फल-फूल, अंगूर, आम, शरीफा, संवजना, कनेर और अन्य प्रकार के मौसमी फल वाले पौधे लगा स्वच्छ वातावरण और सुबह आक्सीजन का आनंद प्राप्त करता हूं। पैदल यात्राएं कर प्रभु की लीला हरिद्वार, ऋषिकेश, जोगीमठ, बद्रीनाथ, हेमकुंट की सुंदरता देख वसुंधरा के अनमोल खजाने को समेट कर भूख मिटाता हूं।

आइए! हम सब मिलकर इस भूमि की हरियाली की रक्षा करें। देश की आजादी का

(शेष पृष्ठ ३४ पर)

श्री गुरु ग्रंथ साहिब में जल का महत्व और वर्तमान जल संकट

-डॉ. अमनदीप कौर, प्रो. अनुप्रीत सिंघ***

इससे पहले कि मनुष्य जन्म लेता, सृष्टि के सृजनहार ने उससे पूर्व शुद्ध वायु, निर्मल जल, शीतल चांदनी, सुनहरी किरणों और न जाने अन्य कितने मधु से मीठे पहलुओं के संयोग से सुंदर चौगिर्दे का सृजन किया! ये अद्वितीय उपहार जहां मानवी अस्तित्व को बनाये रखने के लिए अत्यंत आवश्यक हैं वहां ये उपहार मानव में आत्मिक और मानसिक शक्तियों का संचार भी करते हैं। इन प्राकृतिक उपहारों में से जल एक अमूल्य साधन है जो पूरी सृष्टि के लिए अकाल पुरख का एक ऐसा वरदान है जिसके बिना जीव और वनस्पति जीवित नहीं रह सकते। जगत की संरचना में जल के बहुमूल्य योग को पहचानते हुए समस्त मानवता का मार्गदर्शन किया गया है। दसों पातशाहियों की ज्योति श्री गुरु ग्रंथ साहिब में गुरु साहिबान और भक्त साहिबान ने जल के महत्व को दर्शाया है। पहली पातशाही श्री गुरु नानक देव जी ने अपनी शाहकार रचना जपु जी साहिब में और वार सारंग में अंकित एक श्लोक में जल को पिता समान दर्जा देकर नवाजा है :

-पवणु गुरू पाणी पिता माता धरति महतु ॥
दिवसु राति दुइ दाई दाइआ खेलै सगल जगतु ॥
(पन्ना ८)

-पाणी चितु न धोपई मुखि पीतै तिख जाइ ॥
पाणी पिता जगत का फिरि पाणी सभु खाइ ॥
(पन्ना १२४०)

परमात्मा ने सृष्टि की रचना के समय जल को ही समस्त सृष्टि का उत्पादक बनाया है। सृष्टि-रचना से पूर्व केवल परमात्मा था, अन्य कोई नहीं था। खूबसूरत प्रकृति की रचना के समय जल को शिरोमणि स्थान दिया गया, जिसके बारे में श्री गुरु ग्रंथ साहिब में श्री गुरु अरजन देव जी फरमाते हैं :

संता के कारजि आपि खलोइआ हरि कंमु करावणि आइआ राम ॥
धरति सुहावी तालु सुहावा विचि अंम्रित जलु छाइआ राम ॥
अंम्रित जलु छाइआ पूरन साजु कराइआ सगल मनोरथ पूरे ॥ (पन्ना ७८३)

पांच भौतिक तत्वों (आकाश, धरती, वायु, जल, अग्नि) के संयोग से बने सभी पदार्थों के सृजन का मूल तत्व जल है। हरेक जीव जल की उत्पत्ति है। इस वैज्ञानिक आधार पर भी गुरु साहिबान और भक्त साहिबान ने जल के सदीवी महत्व को दर्शाया है :

-पहिला पाणी जीउ है जितु हरिआ सभु कोइ ॥
(पन्ना ४७२)

-जल की भीति पवन का थंभा रकत बुंद का गारा ॥
हाड मास नाड़ी को पिंजरु पंखी बसै बिचारा ॥
(पन्ना ६५९)

-पउणु पाणी सुंनै ते साजे ॥
स्रिसटि उपाइ काइआ गड़ राजे ॥
अगनि पाणी जीउ जोति तुमारी
सुंने कला रहाइदा ॥ (पन्ना १०३७)

प्रवक्ता, पोस्ट ग्रेजूएट पंजाबी विभाग, सरकारी कॉलेज (लड़के), लुधियाना।
***प्रवक्ता, माता गुजरी कॉलेज, फतेहगढ़ साहिब (पंजाब)।*

-पवणु पाणी अगनि तिनि कीआ
ब्रहमा बिसनु महेस अकार ॥ (पन्ना ५०४)

जल से ही जगत विकसित हुआ है। मानव जीवन का कोई पक्ष जल के बिना नहीं। जल जहां जीवित रहने के लिए अत्यंत आवश्यक है वहां जल आर्थिकता का भी सबसे बड़ा स्रोत है। पंजाब एक कृषि-प्रधान प्रांत है। यहां की ७० प्रतिशत जनसंख्या कृषि के ऊपर निर्भर है और जल के बिना कृषि असंभव है, जिसके बारे में श्री गुरु नानक देव जी फ़रमान करते हैं:

दुध बिनु धेनु पंख बिनु पंखी जल बिनु उतभुज कामि नाही ॥ (पन्ना ३५४)

जल, जीवन प्रदान करने के उपरांत व्यवसाय भी प्रदान करता है :

जल महि जंत उपाइअनु तिना भि रोजी देइ ॥ (पन्ना ९५५)

अमूल्य रत्न भी जल में से ही उत्पन्न होते हैं :

पाणी विचहु रतन उपंने मेरु कीआ माधाणी ॥ (पन्ना १५०)

जल के महत्व को श्री गुरु ग्रंथ साहिब में बहुत विशालता के साथ दर्शाया गया है। गुरु साहिबान और भक्त साहिबान ने जल की सर्वोच्चता को ध्यान में रखते हुए इसकी आवश्यकता और संभाल पर बल दिया है। चाहे हम भांति-भांति के मीठे तथा ठंडे शरबत, सोढे पी लें परंतु जो संतुष्टि निर्मल जल छकने से होती है उसका सामना बनावटी स्वाद देने वाला कोई पदार्थ नहीं कर सकता। जल जहां तन-मन को निर्मल करता है वहां जल के ये पूरक (रंग-बिरंगे पेय पदार्थ) शरीर को मीठा विष प्रदान करते हैं :

—चारे कुंडा झोकि वरसदा बूंद पवै सहजि सुभाइ ॥
जल ही ते सभ ऊपजै बिनु जल पिआस न जाइ ॥ (पन्ना १४२०)

—बाबीहा जल महि तेरा वासु है
जल ही माहि फिराहि ॥
जल की सार न जाणही
तां तूं कूकण पाहि ॥
जल थल चहु दिसि वरसदा
खाली को थाउ नाहि ॥ (पन्ना १२८२)

—जल महि उपजै जल ते दूरि ॥
जल महि जोति रहिआ भरपूरि ॥ (पन्ना ४११)

—जलि थलि महीअलि पूरि पूरन
कीट हसति समानिआ ॥
आदि अंते मधि सोई
गुर प्रसादी जानिआ ॥ (पन्ना ४५८)

—जलि थलि पूरन अंतरजामी ॥
घटि घटि रविआ अछल सुआमी ॥ (पन्ना १०८०)

—जलु बिलोवै जलु मथै ततु लोड़ै अंधु अगिआना ॥
गुरमती दधि मथीऐ अंम्रितु पाईऐ नामु निधाना ॥ (पन्ना १००९)

—जल महि जीअ उपाइ कै बिनु जल मरणु तिनेहि ॥ . . .
रे मन ऐसी हरि सिउ प्रीति करि
जैसी मछुली नीर ॥
जिउ अधिकउ तिउ सुखु घणो
मनि तनि सांति सरीर ॥
बिनु जल घड़ी न जीवई
प्रभु जाणै अभ पीर ॥ (पन्ना ५९-६०)

—सूखु भइआ दुखु दूरि पराना ॥
संत रसन हरि नामु वखाना ॥
जल थल नीरि भरे सर सुभर
बिरथा कोइ न जाए जीउ ॥ (पन्ना १०३)

संसार की सभी महान सभ्यताओं का जन्म और विकास जल-स्रोतों के किनारे पर ही हुआ है। पंजाब की संस्कृति पांच पानियों अथवा

दरियाओं की देन है। वेदों की रचना भी पंजाब के शरबत जैसे मीठे पानियों के किनारे हुई। जीवित रहने के लिए जल आवश्यक तो है ही, साथ ही कल-कल करते बहते ठंडे पानी के चश्मे और दूध रूपी नदियां मानवी जीवन को सही दिशा भी प्रदान करती हैं। जल मनुष्य को अंतर्दृष्टि देने के साथ-साथ उसके स्वभाव में शुद्धता, निर्मलता, शांति और पवित्रता का भी संचार करता है। भूगोल शास्त्रियों के अनुसार जो क्षेत्र पानियों के समीप होते हैं वहां के लोग जिंदादिल, प्रसन्नचित्त और जोशीले स्वभाव के होते हैं। ड्राई प्वाइंट सेटलमैंट वाले जो क्षेत्र जल की कमी से गुजर रहे होते हैं वहां के निवासी प्राय: बेरौनके से होते हैं। पंजाब आज भी वेट्ट प्वाइंट सेटलमैंट है। परंतु जल के क्रमहीन प्रयोग के कारण पंजाब मरुस्थल का रूप धारण कर रहा है।

जहां जल पवित्र और अमूल्य माना जाता है वहां जल से शारीरिक मैल भी धोई जाती है। पर्वों और धार्मिक त्योहारों पर सरोवर और नदी स्नानों का महत्व है, क्योंकि इससे तन की मैल एवं दुर्गंध दूर हो जाती है, परंतु गुरमति में जल की उत्तमता इसलिए नहीं कि इससे मन की मलीनता धोई जाती है। गुरबाणी इस बात को स्पष्ट करती है कि मन की मैल तो शब्द के अमृत-जल के साथ ही धोई जाती है, जल के साथ तो मात्र तन की मैल ही दूर हो सकती है :

—भरीऐ हथु पैरु तनु देह ॥
पाणी धोतै उतरसु खेह ॥
मूत पलीती कपड़ु होइ ॥
दे साबूणु लईऐ ओहु धोइ ॥
भरीऐ मति पापा कै संगि ॥
ओहु धोपै नावै कै रंगि ॥ (पन्ना ४)
—पउण पाणी अगनी का बंधनु
काइआ कोटु रचाइदा ॥
नउ घर थापे थापणहारै ॥
दसवै वासा अलख अपारै ॥
साइर सपत भरे जलि निरमलि
गुरमुखि मैलु न लाइदा ॥ (पन्ना १०३६)
—जल कै मजनि जे गति होवै
नित नित मेंडुक नावहि ॥ (पन्ना ४८४)

श्री गुरु ग्रंथ साहिब के अनुसार जल की उच्चता और इसकी महानता इसकी प्राकृतिक विशेषताओं के कारण है, जिसके सबब से इस कायनात का निर्माण हुआ है और जीव-जंतु ब्रह्मांड में फल-फूल रहे हैं। बहुत ही खेद की बात है कि वही मनुष्य जिसका अस्तित्व जल पर आधारित है, जिसके धार्मिक ग्रंथ इसको जल की पवित्रता और महानता का संदेश देते हैं, निरंतर इस प्राकृतिक स्रोत को मलीन करने पर तुला हुआ है। पूरे पृथ्वी ग्रह के ऊपर ७०.८ प्रतिशत जल है, परंतु यह समस्त जल मनुष्य के लिए प्रयोग करने योग्य नहीं है। धरती पर उपलब्ध होने वाला ९७.५ प्रतिशत जल क्षारीय/खारा है। मात्र २.५ प्रतिशत जल ही मनुष्य के प्रयोग के लिए उचित है। इसमें से भी ७० प्रतिशत जल बर्फ के ठोस रूप में या धरती के निचले भंडारों के रूप में मिलता है। अत: धरती पर मनुष्य के लिए मात्र ०.००७ प्रतिशत जल ही उपलब्ध है।

गुरु साहिबान की कृपा-बख्शिश प्राप्त पंजाब पांच दरियाओं की धरती है, जहां दिन का शुभारंभ ही जल की महिमा से होता है। अमृत वेले उठकर कुल्ली करने के समय प्राय: उच्चारण किया जाता है :

"जल मिलिआ परमेश्वर मिलिआ।"

पंजाब में जल-स्तर तीव्रता के साथ निरंतर नीचे जा रहा है। जल का स्तर ४२ सेंटीमीटर प्रति वार्षिक की दर से नीचे जा रहा

है। रीमोट सैंसिंग सेंटर, लुधियाना की खोज के अनुसार पंजाब के कुल १३८ कम्यूनिटी डिवेल्पमेंट ब्लाकों में से ८४ में स्थिति बहुत ही बुरी है और १६ में स्थिति चिंताजनक है। शेष ३८ ब्लाकों में जल उचित मात्रा में कितने समय तक मिलेगा, परमात्मा ही जानता है! वैज्ञानिकों के अनुसार मात्र कृषि के लिए ही पंजाब के पास लगभग १.४७ मिलियन हेक्टेयर जल का वार्षिक अभाव है। हरित क्रांति के पश्चात धान का निचला क्षेत्र १० गुणा से अधिक बढ़ जाने के कारण जल की लागत भी बढ़ गई है। पंजाब की भूगोलिक परिस्थितियों में एक किलो चावल पैदा करने के लिए पांच टन से अधिक जल की आवश्यकता है। पंजाब कृषि विश्वविद्यालय के अनुसार वर्ष २०२५ तक पंजाब के ट्यूबवैल एक बूंद पानी भी खेतों को मुहैया नहीं कर सकेंगे। मानव-जाति ने अपनी सुख-सुविधाओं के लिए पानी जैसे निर्मल स्रोत को जिस सीमा तक मैला कर दिया है ऐसी स्थिति में मनुष्य इस अमूल्य धरोहर के बिना अधिक देर जीवित नहीं रह सकेगा। हमारे महान ग्रंथ श्री गुरु ग्रंथ साहिब में जल का जो महत्व दर्शाया गया है, उससे दिशा लेकर हम इस प्राकृतिक और नवीनीकरण योग्य अद्बितीय धरोहर का बचाव कर सकते हैं। भारत सरकार ने २००३ में 'जल वर्ष' मनाया, परंतु यह सब कुछ तभी अर्थपूर्ण है यदि सरकार जल के महत्व के प्रति लोगों को जागृत करे। सरकारी, ग़ैर-सरकारी और धार्मिक-सामाजिक संस्थाओं, साहित्यकारों और बुद्धिजीवी वर्ग को श्री गुरु ग्रंथ साहिब में दर्शाई जल की आवश्यकता तथा महत्व को लोगों के मार्गदर्शन के लिए प्रयोग करना चाहिए। इस्लाम का जन्म चाहे जल से दूर हुआ परंतु इसमें भी जल वाले स्थान को जन्नत कहा गया है, भले ही इसमें जल को वह केंद्रीय स्थान प्राप्त नहीं है जो सिख धर्म में या श्री गुरु ग्रंथ साहिब में प्राप्त है। अत: समय की सबसे बड़ी आवश्यकता है कि पहले हम ज्ञान के भंडार विश्व-नूर श्री गुरु ग्रंथ साहिब रूपी समुद्र में डुबकी लगाएं और शब्द रूपी मोती चुनकर लोगों के सामने रखें। स्कूलों, कॉलेजों और अन्य स्थानों पर गुरबाणी में से जल की उत्तमता के प्रति महावाक्य लेकर लिखें और इस पावन दात को बचाने का हरेक संभव प्रयास करें। वर्तमान जल-संकट जो समस्त मनुष्यता को एक दरपेश चुनौती है, उससे छुटकारा मात्र श्री गुरु ग्रंथ साहिब जी से दिशा लेकर ही पाया जा सकता है। अत: उठो, जागो, होश संभालो, ऐसा न हो कि पुलों के नीचे से गुजरने के लिए भी पानी न बचे!

अनुवादक : सुरिंदर सिंघ निमाणा

प्रदूषित वातावरण . . . *(पृष्ठ ३० का शेष)*

सुख लेना प्रभु से मनुष्य रूप पाने से हमारे हाथ में है न कि सरकार के हाथ में। सरकार भी अपने आवश्यक कर्त्तव्य निभाये परंतु हम सदैव सरकार की ओर ही न देखें, अपने प्रयत्न करते रहें :

धरती का पानी यदि नीचे जायेगा,
जीव जंतुओं और वृक्षों को कौन बचाएगा?
जीव-जंतुओं और वृक्षों का आधार है पानी।
मुफ्त में मिली सौगात की कीमत हमने न जानी।
बूंद-बूंद को तरसोगे, एक दिन ऐसा आयेगा।
फिर कहोगे, अब क्या होगा?
फिर बीता वक्त हाथ न आयेगा!

गुरबाणी के अनुसार
जल-प्रदूषण से मुक्ति का साधन : निर्मलता

*-डॉ. राजेंद्र सिंघ साहिल**

आज के मनुष्य ने विज्ञान और तकनीक के सहारे बहुत विकास कर लिया है, अपने लिए अनेक सुख-सुविधाएं अर्जित कर ली हैं, परंतु इन कृत्रिम उपलब्धियों की उसे कीमत भी बहुत बड़ी चुकानी पड़ी है। प्रकृति से स्वयं को बचाने के संघर्ष में मनुष्य प्रकृति का ही विनाश करता चला गया है। मनुष्य की नादानियां पर्यावरण-प्रदूषण के रूप में सामने आ रही हैं।

जब हम आधुनिक मनुष्य की तुलना प्राचीन और मध्यकालीन मनुष्य से करते हैं तो पाते हैं कि पुराना मनुष्य आज के मानव के मुकाबले प्रकृति के प्रति अधिक संवेदनशील और उसकी रक्षा के लिए अपेक्षाकृत अधिक जागरूक था। आधुनिक मानव ने प्रकृति का अनियंत्रित दोहन करके प्रकृति के साथ-साथ अपने अस्तित्व पर भी संकट खड़ा कर लिया है।

श्री गुरु ग्रंथ साहिब में वातावरणिक चेतना

श्री गुरु ग्रंथ साहिब मनुष्य को एक संपूर्ण जीवन-दृष्टि प्रदान करने वाला एक महान पवित्र ग्रंथ हैं। जीवन का कोई पक्ष, कोई क्षेत्र ऐसा नहीं है जिससे संबंधित दिशा-निर्देश और मार्गदर्शन हमें श्री गुरु ग्रंथ साहिब में न मिलता हो। सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक, धार्मिक, सांस्कृतिक कोई भी समस्या ऐसी नहीं है जिसका हल श्री गुरु ग्रंथ साहिब में से न ढूंढा जा सके। यहां तक कि मनुष्य की अधुनातन मुश्किलों, जैसे कि पर्यावरण-प्रदूषण आदि के विषय में भी स्पष्ट धारणाएं और इससे बचाव संबंधी चिंतन श्री गुरु ग्रंथ साहिब में मौजूद है।

'जल-प्रदूषण' वातावरण-प्रदूषण का एक महत्वपूर्ण अंग है। 'जल-प्रदूषण' के संबंध में श्री गुरु ग्रंथ साहिब में 'निर्मलता' के संकल्प की स्थापना की गई है। 'निर्मलता' के विचार का अनुकरण करके इस विकट समस्या से बचने का मार्ग खोजा जा सकता है।

प्रकृति/कुदरत : अकाल पुरख की सृजना

गुरबाणी में प्रकृति के लिए 'कुदरत' शब्द का प्रयोग हुआ है। गुरबाणी के अनुसार कुदरत का सृजनहार स्वयं अकाल पुरख है। प्रथम पातशाह श्री गुरु नानक देव जी आसा राग में अकाल पुरख द्वारा सिरजी गई कुदरत को देख कर विस्मय-विमुग्ध हैं :

विसमादु पउण विसमादु पाणी ॥
विसमादु अगनी खेडहि विडाणी ॥
विसमादु धरती विसमादु खाणी ॥
विसमादु सादि लगहि पराणी ॥ *(पन्ना ४६४)*

कुदरत के विविध अंगों—पवन, पानी अग्नि, पाताल, धरती, जीव आदि सभी की रचना अकाल पुरख के द्वारा हुई है। गुरु जी जपु जी साहिब में फरमाते हैं :

राती रुती थिती वार ॥
पवण पाणी अगनी पाताल ॥
तिसु विचि धरती थापि रखी धरम साल ॥
तिसु विचि जीअ जुगति के रंग ॥
तिन के नाम अनेक अनंत ॥ *(पन्ना ७)*

**१/३३८, 'स्वप्नलोक', दशमेश नगर, मंडी मुल्लांपुर दाखा (लुधियाना)-१४११०१*

वास्तव में प्रकृति या कुदरत अकाल पुरख का ही रूप है। अकाल पुरख इसमें स्वयं बसता है। गुरु जी के आसा की वार में निर्मल वचन हैं:

—कुदरति पउणु पाणी बैसंतरु कुदरति धरती खाकु ॥
सभ तेरी कुदरति तूं कादिरु करता पाकी नाई पाकु ॥ *(पन्ना ४६४)*
—बलिहारी कुदरति वसिआ ॥
तेरा अंतु न जाई लखिआ ॥ *(पन्ना ४६९)*

अकाल पुरख के नियंत्रण में है प्रकृति

अकाल पुरख प्रकृति अथवा कुदरत का सृजक ही नहीं है बल्कि इसके समस्त क्रिया-कलाप पर नियंत्रण भी अकाल पुरख का ही है। आसा की वार में प्रथम पातशाह फरमाते हैं कि वायु अकाल पुरख के भय (नियंत्रण) में बहती है, लाखों दरिया उसके भय में बहते हैं तथा अग्नि, धरती, सूरज, चंद्रमा आदि सब उसके नियंत्रण में काम कर रहे हैं :

भै विचि पवणु वहै सदवाउ ॥
भै विचि चलहि लख दरीआउ ॥
भै विचि अगनि कढै वेगारि ॥
भै विचि धरती दबी भारि ॥ . . .
भै विचि सूरजु भै विचि चंदु ॥
कोह करोड़ी चलत न अंतु ॥
भै विचि सिध बुध सुर नाथ ॥
भै विचि आडाणे आकास ॥ *(पन्ना ४६४)*

प्रकृति-संरक्षण : अकाल पुरख की 'रजा' एवं 'हुक्म' का सम्मान

गुरबाणी का स्पष्ट निर्णय है कि प्रकृति अकाल पुरख की रचना है और प्रकृति में वह स्वयं निवास भी कर रहा है। कुदरत में 'कादिर' स्वयं बसा हुआ है और दूसरी बात यह कि कुदरत का सारा कार्य-व्यवहार अकाल पुरख के नियंत्रण में चल रहा है। दूसरे शब्दों में, कुदरत अकाल पुरख के 'हुक्म' एवं उसकी 'रजा' के अनुसार कार्य कर रही है। इसलिए बड़ी साफ-सी बात है कि प्रकृति या कुदरत की रक्षा करना, उसका संरक्षण करना दरअसल अकाल पुरख की 'रजा' और 'हुक्म' का सम्मान करना है।

प्रकृति का सर्वाधिक महत्वपूर्ण तत्व : जल

यह एक विज्ञान द्वारा प्रमाणित सत्य है कि सृष्टि में जीवन का मूलभूत आधार जल है। जल के बिना जीवन की कल्पना ही नहीं की जा सकती। यही कारण है कि जब वैज्ञानिक मंगल आदि अन्य ग्रहों एवं पिंडों पर जीवन की संभावनाओं की खोज करते हैं तो सबसे पहले उन पर जल की मौजूदगी की तलाश करते हैं। इन वैज्ञानिकों को विश्वास है कि मंगल ग्रह पर कभी न कभी जल अवश्य मौजूद रहा है और शायद अब भी वहां किसी न किसी रूप में जल हो सकता है। इसलिए मंगल ग्रह पर जीवन रहने की या होने की सबसे अधिक संभावना व्यक्त की जाती है।

अपने ग्रह 'पृथ्वी' के संदर्भ में भी यह बात वैज्ञानिक रूप से सिद्ध है कि यहां जीवन का मूल आधार जल है। प्रथम पातशाह ने इस सत्य की घोषणा आधुनिक विज्ञान के जन्म से कई वर्ष पहले ही कर दी थी। आपका आसा की वार में कथन है :

पहिला पाणी जीउ है जितु हरिआ सभु कोइ ॥
(पन्ना ४७२)

श्री गुरु नानक देव जी ने जपु जी साहिब में भी फरमाया है कि पवन, जल और धरती इस सृष्टि के तीन बड़े तत्व हैं। पवन जीवों के लिए गुरु है, जल पिता के समान है और धरती महान माता है; दिन-रात दोनों पालनहारे हैं, जिनके दामन में सारा संसार खेल रहा है:

पवणु गुरू पाणी पिता माता धरति महतु ॥

दिवसु राति दुइ दाई दाइआ खेलै सगल जगतु ॥
(पन्ना ८)

गुरबाणी में वर्णित जल का महत्व

सृष्टि में जीवन के आधार 'जल' की महिमा का वर्णन श्री गुरु ग्रंथ साहिब में मुक्त-कंठ से हुआ है। गुरबाणी में जल को इतना उच्च स्थान प्रदान किया गया है कि स्वयं अकाल पुरख की उपमा 'जलनिधि' शब्द से दी गई है। अकाल पुरख को 'जलनिधि' कहकर पुकारा गया है जो समस्त जीवों को जीवन प्रदान करता है। श्री गुरु अरजन देव जी का माझ राग में फरमान है :

तूं जलनिधि हम मीन तुमारे ॥
तेरा नामु बूंद हम चात्रिक तिखहारे ॥
(पन्ना १००)

सोरठि राग में श्री गुरु नानक देव जी के निर्मल वचन हैं :

जिसु जल निधि कारणि तुम जगि आए सो अंम्रितु गुर पाही जीउ ॥ (पन्ना ५९८)

यही नहीं, 'जल' को अमृत समान माना गया है। पंचम पातशाह राग सूही में अमृत-सरोवर 'अमृतसर' के विषय में कथन करते हैं:

धरति सुहावी तालु सुहावा विचि अंम्रित जलु छाइआ राम ॥ (पन्ना ७८३)

सोरठि राग में एक अन्य स्थान पर भक्त भीखन जी 'हरि के नाम' की उपमा 'अमृत' एवं 'निर्मल जल' से देते हुए फरमाते हैं कि यह सारे संसार की औषधि है :

हरि का नामु अंम्रित जलु निरमलु इहु अउखधु जगि सारा ॥ (पन्ना ६५९)

जल का प्राथमिक स्रोत 'वर्षा' : अकाल पुरख की कृपा

जल का प्राथमिक स्रोत वर्षा है। वर्षा से ही हमें शुद्ध एवं निर्मल जल की प्राप्ति होती है। गुरबाणी में वर्षा को अकाल पुरख की कृपा और अकाल पुरख की कृपा को वर्षा के रूप में चित्रित किया गया है :

-मीहु पइआ परमेसरि पाइआ ॥
जीअ जंत सभि सुखी वसाइआ ॥ (पन्ना १०५)
-पारब्रहमि प्रभि मेघु पठाइआ ॥
जलि थलि महीअलि दह दिसि वरसाइआ ॥
सांति भई बुझी सभ त्रिसना अनदु भइआ सभ ठाई जीउ ॥ (पन्ना १०६)
-हुकमी वरसण लागे मेहा ॥
साजन संत मिलि नामु जपेहा ॥ (पन्ना १०४)

जल-प्रदूषण से मुक्ति का साधन : निर्मलता

जल-प्रदूषण का अर्थ ही यह है कि जल में गंदगी एवं मल-पदार्थों का मिश्रण होना, इसलिए जल की प्रदूषण-मुक्ति के लिए उसका मल से मुक्त होना अनिवार्य है। मल से मुक्ति अर्थात् 'निर्मलता'। श्री गुरु ग्रंथ साहिब में हर प्रकार की निर्मलता पर विशेष जोर दिया गया है भले ही वह निर्मलता मनुष्य की हो, आचार-व्यवहार की, कार्य की हो या भले ही वह निर्मलता जल की हो।

गुरबाणी में अकाल पुरख को 'निर्मल' कहा गया है और साथ ही स्पष्ट उपदेश है कि जो उस निर्मल की उपासना करता है, वो ही निर्मल हो पाता है। माझ राग में श्री गुरु अमरदास जी ने कथन किया है :

जो निरमलु सेवे सु निरमलु होवै ॥ (पन्ना १२१)

यही नहीं, मनुष्य के आचरण की निर्मलता को भी स्वयं मनुष्य और समस्त समाज के लिए बेहद महत्वपूर्ण माना गया है।

गुरबाणी के अनुसार जो मनुष्य सभी प्रकार के पापों से मुक्त है, वही निर्मल है :

(शेष पृष्ठ ५४ पर)

पंजाब में बहते दरिया एवं वातावरण की स्थिति

*-डॉ. परमजीत सिंघ**

'वातावरण' एक ऐसा शब्द है जिसका विशाल घेरा तीनों मंडलों से भी दूर तक फैला हुआ है। जल, थल और वायुमंडल की अनन्त विशालता, गंभीरता और गहराई इन पांच अक्षरों के शब्द में समाई हुई है। जल, थल और वायुमंडल में जो भी घटना घटित होती है वह वातावरण का ही एक भाग है। यह एक ऐसा लिबास है जो धरती से लेकर आकाश तक फैला हुआ है।

वातावरण जीवमंडल तक ही नहीं होता बल्कि इसमें हमारे चारों ओर नज़र आने वाली निर्जीव समझी जाने वाली कुदरत भी शामिल होती है। इस प्रकार वातावरण प्राकृतिक वस्तुओं को ही नहीं कहते बल्कि मनुष्य द्वारा बनाई गई कला-कृतियां, भवन, रेलें, सड़कें, उद्योग, बांध और कृषि इत्यादि सभी कुछ वातावरण में शामिल होते हैं।

वातावरण की एक यह भी विशेषता होती है कि इसमें भिन्नता पाई जाती है। जैसे सूरज चाहे एक है परन्तु ऋतुएं अनेक हैं। गुरबाणी का फरमान है :

सूरजु एको रुति अनेक ॥
नानक करते के केते वेस ॥ (पन्ना ३५७)

अनेक स्थानों पर इस बात का वर्णन व चित्रण हुआ है।

पंजाब की धरती को खास तौर से यह सम्मान प्राप्त है कि इसमें पांच दरिया अपनी गौरवशाली चाल से बह रहे हैं। इन दरियाओं का सम्बंध सिख गुरु साहिबान के जीवन से जुड़ा हुआ है। श्री गुरु नानक देव जी के जीवन का सम्बंध सुलतानपुर में 'वेईं' नदी से जुड़ा हुआ है। सिख परंपराओं के अनुसार गुरु जी ने वेईं नदी में प्रवेश करके अकाल पुरख से मिलाप किया और मूल-मंत्र प्राप्त किया। उपरोक्त कथन से एक बात तो स्पष्ट होती है कि जब गुरु जी ने इस नदी में प्रवेश किया तो अवश्य ही इसमें बह रहा पानी स्वच्छ होगा। पहले-पहल लोग इन बड़ी व छोटी नदियों एवं जल के सरोवरों पर ही निर्भर किया करते थे। उस समय पानी की बाउलियां भी बहुत कम होती थीं। पीने के लिए जल इन्हीं स्रोतों से प्राप्त किया जाता था और शरीर को स्वच्छ करने के लिए भी जल यहीं से प्राप्त किया जाता था। 'जल ही जीवन है' के कथन के अनुसार लोग जल के स्रोतों की संभाल उसी प्रकार करते थे जिस प्रकार माताएं अपने पुत्रों की संभाल करती हैं।

जैसे-जैसे मनुष्य ने बाहरी विकास किया, आबादी बढ़ती गई, वैसे-वैसे ही जल के इन प्राकृतिक स्रोतों में गंदापन आना शुरू हो गया। यह प्रक्रिया प्रकृति की ओर से नहीं हुई बल्कि मनुष्य ने अपने स्वार्थ की पूर्ति के लिए गंदे पानी को जल के इन पवित्र स्रोतों में मिला दिया। आज पंजाब की धरती पर बह रहे दरिया सतलुज का प्राचीन स्वरूप ही खत्म होता जा रहा है। इस नदी में लुधियाना के गंदे नाले का पानी, जालंधर व उसके आस-पास बसते छोटे-छोटे नगरों का गंदा पानी डाला जा रहा है। आज यह दरिया गंदे नाले के रूप में तबदील हो चुका हैं। यही पानी आगे चलकर

५६३-सी, टाईप-२, रेल कोच फैक्ट्री, कपूरथला (पंजाब)।

हरीके पत्तन में ब्यास दरिया से जा मिलता है। यहीं पर वेईं नदी में बहता गंदा पानी भी दरिया सतलुज में जा मिलता है। यही पानी फिर राजस्थान की ओर जाती नहरों में जाता है। ये नहरें फरीदकोट, कोटकपूरा व पंजाब के अन्य शहरों को पानी पिलाती हुई राजस्थान चली जाती हैं। यही कारण है कि आज मालवा का क्षेत्र कैंसर जैसी भयंकर बीमारी की चपेट में आ चुका है। आज यहां लगभग हर एक घर में कैंसर के मरीज हैं।

जो भी कुछ आज हमारी आंखों के समक्ष सतलुज नदी के साथ हो रहा है यही कुछ भारत की दूसरी बड़ी नदियों के साथ भी हो रहा है। गंगा, यमुना और गोदावरी नदियां भी आज गंदे नालों को अपने अंदर समा रही हैं। खैर! यह बात अलग है कि दरिया का अपना स्वभाव होता है। यह गंदे पानी को भी अपने अंदर समा लेता है और उसे अपनी रंगत दे देता है तथा उसे साफ-स्वच्छ रूप देकर समुद्र से मिला देता है। मैं सतलुज के बारे में इतना क्यों लिख रहा हूं? यह इसलिए क्योंकि सतलुज मुझे याद दिलाता है कि इसी दरिया के किनारे अनंदपुर साहिब में श्री गुरु गोबिंद सिंघ जी ने सिखों को अमृत छकाकर खालसे का रूप दिया था, इसी दरिया में 'चरण पाहुल' की गागर को गहरा दबाया गया था, इसी दरिया के जल से पवित्र अमृत तैयार किया गया था। इस दरिया की एक मुख्य विशेषता यह है कि इसके किनारे किसी भी प्रकार का कर्मकाण्ड नहीं होता।

सिख पंथ में वेईं नदी का बहुत ही महत्वपूर्ण स्थान है। पंजाब में दो वेईंयां बहती हैं। एक का नाम काली वेईं है तो दूसरी सफेद वेईं। दोनों ही नदियां पंजाब के होशियारपुर जिले से निकलती हैं। काली वेईं तहसील दसूहा के गांव टेरकियाने के छम्भ से निकलती हुई, रियासत कपूरथला के उपक्षेत्र से होती हुई सुलतानपुर से आगे जाकर दरिया सतलुज में हरीके पत्तन से दस मील ऊपर जा मिलती है। श्री गुरु नानक देव जी सुलतानपुर निवास करते समय इस नदी में स्नान किया करते थे। उस स्थान पर आज गुरुद्वारा 'संत घाट' मौजूद है।

दूसरी वेईं जिसको कि सफेद वेईं कहा जाता है, यह भी जिला होशियारपुर के नगर गढ़शंकर के पास से निकल कर जिला होशियारपुर व जालंधर की सीमाओं से मोड़ खाती हुई रियासत कपूरथला के उपक्षेत्र से निकलकर जिला जालंधर की जमीन में सतलुज दरिया से जा मिलती है।

जिस काली वेईं में श्री गुरु नानक देव जी स्नान किया करते थे उस वेईं की संभाल सिख पंथ ने ही करनी थी, लेकिन हमने कितने समय तक इस तरफ कोई ध्यान ही नहीं दिया कि जिस वेईं में गुरु जी स्नान करते थे उसकी कितनी पवित्रता है! इस नदी की पवित्रता को कायम रखने में हम बुरी तरह से नाकाम रहे हैं। इसके लिए किसी एक संस्था को दोष देना सही नहीं होगा। हम सबका यह फर्ज़ बनता है कि हम इस वेईं की पवित्रता को कायम रखें। हमने ऐसा कुछ नहीं किया, बल्कि हमने अपने आस-पास से भी कुछ नहीं सीखा। जैसे कि हरिद्वार, गंगा को साफ-सुथरा रखने के लिए उसमें और कई छोटी नदियों का जल डाला जाता है ताकि गंगा साफ-सुथरी रहे। क्योंकि हज़ारों की गिनती में लोग इसमें स्नान करते हैं। हमने भी गुरुद्वारों में सरोवर कायम किये हैं और श्रद्धालु इनमें स्नान करते हैं। लेकिन हमने लंबे समय तक वेईं की ओर ध्यान न देने में बहुत बड़ी भूल की है। खैर! जो हो गया सो हो गया, अगर अब भी हमें होश आ जाए तो हम वेईं को दोबारा पवित्र बना सकते हैं। इसमें अगर स्वच्छ जल को तेज बहाव के साथ छोड़ा जाए तो वेईं फिर से अपने असली अस्तित्व में आ जाएगी। सिख पंथ बहुत बड़ी

सेवाएं निभाने में समर्थ है। सारा सिख पंथ मिलकर वेईं की रूप-रेखा को सुधार सकता है।

सिख इतिहास को पढ़ते हुए यह तथ्य सामने आता है कि हमारे गुरु साहिबान दरियाओं को कितना प्यार करते रहे हैं! श्री गुरु अमरदास जी ब्यास से जल लेकर जाते थे। श्री गुरु रामदास जी भी इसी दरिया के किनारे कुछ समय के लिए निवास करते रहे। श्री गुरु अरजन देव जी का प्रकाश ब्यास के किनारे बसे नगर गोइंदवाल में हुआ। रावी दरिया का भी सम्बंध पंचम पातशाह के साथ जुड़ता है। लाहौर में जब गुरु जी को यातनाएं दी गईं तो उनके आग से जले हुए पावन शरीर को और कष्ट देने के लिए गुरु जी को ज़ालिमों द्वारा रावी दरिया में डुबोया गया। बाकी गुरु साहिबान ने भी दरिया सतलुज के आस-पास ही अपना जीवन व्यतीत किया। श्री गुरु गोबिंद सिंघ जी का प्रकाश गंगा के किनारे बसते शहर पटना में हुआ। इसके बाद आपका कुछ समय बचपन और जवानी सतलुज के किनारे बीता। फिर आप यमुना के किनारे 'पाउंटा साहिब' रहे। फिर 'सरसा' नदी से परिवार बिछोड़े के रूप में सांझ बनी। अंत में आप जी ने गोदावरी नदी के किनारे सचखंड श्री हज़ूर साहिब, नांदेड़ में जीवन व्यतीत किया।

अत: यह सब लिखने का अर्थ यह है कि सिख इतिहास में दरियाओं का विशेष महत्व रहा है। इसलिए हर एक नदी-नाले को साफ रखना हमारा कर्त्तव्य है। गुरबाणी हमें यही उपदेश देती है। गुरबाणी तो स्वयं एक बहता हुआ दरिया है। इसमें स्नान करके मनुष्य सीधे परमात्मा से जुड़ता है। यह इस प्रकार का दरिया है जो कि इसमें नित्यप्रति स्नान करते मनुष्य-मात्र को संदेश देता है कि कैसे अपने प्रीतम रूप समुद्र से मिला जा सकता है। ये हमें शिक्षा देते हैं कि ज़िंदगी को किस प्रकार से जीना है। जिस प्रकार से लोग पानी में गंदगी मिलाते हैं परन्तु दरिया उसे निर्मल करते समुद्र में मिला देता है इसी प्रकार से गुरबाणी हमारे मैले मन को साफ करती है और परमात्मा से हमें मिलाने का साधन बनती है।

दरियाओं की पवित्रता को कायम रखने के लिए श्री गुरु नानक देव जी जब पूर्वी देशों में गए थे तो प्रयाग में कुंभ का मेला लगा हुआ था। समूहों के समूह इस मौके पर स्नान करने को अपना परम मनोरथ मान रहे थे। गुरु जी ने लोगों को समझाते हुए कहा कि इस प्रकार से स्नान करने से मुक्ति प्राप्त नहीं होगी, मुक्ति तो परमात्मा का नाम जपने से ही प्राप्त हो सकती है। भक्त कबीर जी तो यहां तक लिखते हैं कि लोग इन दरियाओं में स्नान करके इनकी पवित्रता को भंग करते हैं और दरिया अपने अंदर पड़ी हुई इस गंदगी को दूर करने के लिए महापुरुषों के चरणों की धूल मांगते हैं:

गंगा जमुना गोदावरी सरसुती ते करहि उदमु धूरि साधू की ताई ॥
किलविख मैलु भरे परे हमरै विचि हमरी मैलु साधू की धूरि गवाई ॥ (पन्ना १२६३)

श्री गुरु नानक देव जी अपनी उदासियों के दौरान एक गांव से गुजरे। वहां उन्हें एक सुंदर सरोवर दिखाई दिया। इसके चारों ओर सुंदर फूलों के पौधे लगे हुए थे। दृश्य बहुत ही सुंदर दिखाई दे रहा था, क्योंकि इन सबका सम्बंध पानी से जुड़ा हुआ था। कुछ समय बाद जब गुरु जी फिर से वहां से गुजरे तो वह सरोवर एक छोटे से गड्ढे में तबदील हो चुका था, अब जल से इसका सम्बंध टूट चुका था। इसका वर्णन गुरु जी इस प्रकार करते हैं :

पबर तूं हरीआवला कवला कंचन वंनि ॥
कै दोखड़ै सड़िओहि काली होईआ देहुरी नानक मै तनि भंगु ॥
जाणा पाणी ना लहां जै सेती मेरा संगु ॥
जितु डिठै तनु परफुड़ै चड़ै चवगणि वंनु ॥
(पन्ना १४१२)

जिस प्रकार बहते हुए दरिया किसी साधू की चरण-धूल मांगते हैं ठीक उसी प्रकार वेईं नदी भी पुकार कर रही है। शायद इसी पुकार को सुनकर बाबा बलबीर सिंघ सीचेवाल को परमात्मा का फ़रमान हुआ होगा कि इस वेईं की पुकार सुनो और इसे इसका खो चुका सौंदर्यकरण प्राप्त कराने का प्रयत्न करो, ताकि इसमें से निकले हुए परमात्मा के 'इलहाम' को समूची लोकाई अपनाकर अपने हृदय को पवित्र करके परमात्मा से मिल सके।

गुरबाणी के अनुसार पवन गुरु है और पानी पिता है। पवन और पानी सारे ही जगत के लिए अत्यन्त ज़रूरी हैं, इसलिए इन तत्वों का स्वच्छ होना बहुत ही जरूरी है। आज के इस मशीनी व कंप्यूटर के युग में ये दोनों ही तत्व बुरी तरह से दूषित हुए हैं। मनुष्य का जीवन बीमारियों का घर बनता जा रहा है। घरों में दवाइयों के ढेर नज़र आते हैं। हर व्यक्ति के पर्स में दो-चार पत्ते दवाइयों के नज़र आ ही जाते हैं। घर में जितने परिवार के सदस्य होते हैं सबकी अलग-अलग दवाई होती है। यह सब इसलिए हो रहा है क्योंकि आज मनुष्य ही मनुष्य का शत्रु बना हुआ है। हर एक वस्तु में मिलावट होती है। जो भी चीजें हम खाते या पीते हैं, जैसे दूध, दही, खोया, पनीर, घी इत्यादि, सबमें अधिक मुनाफा कमाने के लिए मिलावट की जाती है। दवाइयों में भी मिलावट होती है, वे भी हमें शुद्ध रूप में नहीं मिलतीं। सब्जियां व अनाज रासायनों द्वारा पैदा किए जाने लगे हैं। ये हमारे स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हैं। आज हम पशुओं को भी रासायनिक टीके लगाते हैं। सब्जियों को, जैसे घीया, कद्दू व बैंगन को टीका लगाकर पलों में बड़ा कर दिया जाता है। यह सब हमारे स्वास्थ्य के लिए बहुत ही हानिकारक सिद्ध हो रहा है। धरती को हम यूरिया खाद के टीके लगाते हैं। इससे हमें ब्लड-कैंसर, हार्ट-अटैक व शूगर जैसी नामुराद बीमारियां लग रही हैं। आज हमारे पास न तो पीने के लिए शुद्ध पानी है और न ही सांस लेने के लिए शुद्ध वायु। जब इतना कुछ अशुद्ध हो जाएगा तो पृथ्वी पर जीवन कैसे टिक पाएगा? अगर पृथ्वी को हरा-भरा रखना है तो हवा और पानी दोनों को शुद्ध रखना बहुत ही ज़रूरी है। यह तभी संभव हो सकता है अगर हम जागरूक होंगे एवं वातावरण को प्रदूषित करने वाले साधनों का प्रयोग करने से संकोच करेंगे। आज सिर्फ वेईं नदी की सफाई की बात नहीं बल्कि वेईं नदी के साथ-साथ आज तो हरेक गली-मोहल्ले में फैली गंदगी को दूर करने की भी आवश्यकता है। इसके लिए ज़रूरत है खुद अपने गली-मोहल्ले की सफाई करने की। किसी और के सहारे को न देखते हुए हमें ज़रूरत है कि हम अपनी सेहत का ध्यान रखते हुए अपने घरों की तरह ही अपने गली-मोहल्ले को साफ रखें। जब हमारा चौगिरदा साफ होगा तो वेईं नदी जैसी नदियां भी साफ हो जाएंगी। सरकार और समाज-सेवी संस्थाओं का कर्त्तव्य बनता है कि वे पानी के स्रोतों को साफ रखने में प्राथमिकता के आधार पर काम करें।

पंजाब में जितने भी ऐतिहासिक स्थान हैं उनकी सफाई की ओर ध्यान देने की खास ज़रूरत है। केवल पंजाब की बात करें तो आज श्री अमृतसर, सुलतानपुर लोधी, अनंदपुर साहिब, लुधियाना एवं मुक्तसर जैसे शहरों की सफाई की ओर ध्यान देने की विशेष आवश्यकता है। देखने में आता है कि इन शहरों में गंदगी के ढेर नज़र आते हैं। अतः वेईं की साफ-सफाई के साथ-साथ यह भी ज़रूरी है कि सुलतानपुर शहर की नुहार भी बदली जाए। ❀

मानसिक प्रदूषण और गुरबाणी

-डॉ. अमृत कौर*

आप सब ने पर्यावरण प्रदूषण, शोर प्रदूषण और पानी प्रदूषण के बारे में तो सुना होगा परन्तु आधुनिक भौतिकवादी युग में मानसिक प्रदूषण भी बढ़ रहा है। विचारों की लहरें संसार में हमारे मनों को प्रभावित करती हुई घूमती हैं। प्रेम, सेवा, करुणा, संतोष, क्षमा, परोपकार आदि सकारात्मक गुण और मूल्य वातावरण को शुद्ध करते हुए प्रेम और शान्ति की लहरों का प्रसारण करते हैं। *"नानक नाम चढ़दी कला, तेरे भाणे सरबत्त दा भला"* की शुभ भावनाएं वातावरण में फैलकर सरबत्त के भले में सहायक सिद्ध होती हैं। इसके विपरीत घृणा, ईर्ष्या, द्वेष, क्रोध, लालच, जुल्म आदि नकारात्मक गुण मानसिक प्रदूषण को जन्म देते हैं। अवगुण तो गले की जंजीरें हैं, फांसी के फंदे हैं, जिन्हें जीवन में गुणों के विकास द्वारा ही काटा जा सकता है। इन्हें श्री गुरु नानक देव जी के शब्दों में हम इस तरह अभिव्यक्त कर सकते हैं:

नानक अउगुण जेतड़े तेते गली जंजीर ॥
जे गुण होनि त कटीअनि से भाई से वीर ॥
(पन्ना ५९५)

सद्गुण तो हमारे भाई और मित्र हैं जो मानसिक शान्ति और संतुलन प्रदान करते हैं। दूसरी ओर वातावरण में फैलते बुरे विचार और अवगुण घृणा, लालच, क्रोध को जन्म देते हुए मानसिक प्रदूषण को जन्म देते हैं। तभी तो गुरु जी समाज को गुणवान बनाने के लिए गुणों के पारस्परिक प्रसार पर बल देते हुए कहते हैं :

साझ करीजै गुणह केरी छोडि अवगण चलीऐ ॥
(पन्ना ७६६)

अत: जो मनुष्य बुरी संगत में रहते हैं, अवगुणों को धारण करते हैं, मानसिक प्रदूषण का शिकार बन दुष्कर्म करते हैं। काम, क्रोध और लालच नरक के तीन द्वार हैं। इसके विपरीत महान रोशन व्यक्तित्व से फूटती रोशनी की किरणें उनके सम्पर्क में आने वाले दुष्ट व्यक्तियों का भी हृदय परिवर्तन कर देती हैं। सज्जन ठग, कौडा भील, नूरशाह आदि अनेक भटके हुए मानव गुरु जी के व्यक्तित्व से निकलती शान्ति की लहरों से, उनके वरद स्पर्श से इनके अंत:स्थल से फूटते गुरबाणी के शबदों से मंत्र-मुग्ध हुए परिवर्तित हो गए। श्री गुरु गोबिंद सिंघ जी के ओजस्वी व्यक्तित्व ने वैरागी माधोदास को बाबा बंदा सिंघ बहादुर बना दिया, जिसने कौम और देश की रक्षा के लिए बंद-बंद कटवा दिया। भाई घनईया जी *"सभु को मीतु हम आपन कीना हम सभना के साजन"* के महावाक्य पर चलते हुए मित्र-दुश्मन का भेदभाव भूल कर सब प्यासों को पानी पिलाने लगे। गुरबाणी के अनुसार सरबत्त के भले की कामना की अरदास प्रेम-भावना को जन्म देती है। प्रेम-भावना, सेवा-भावना को जन्म देती है। सेवा सुख-शान्ति का प्रसारण करती है और इस प्रकार यह प्रेम, सेवा, परोपकार की विचार-तरंगों का प्रसारण मानसिक प्रदूषण को दूर करता है।

*१५४, ट्रिब्यून कालोनी, बलटाना, जीरकपुर-१४०६०३

आधुनिक युग में वायु, शोर और पानी के प्रदूषण के साथ-साथ मानसिक प्रदूषण का भी बोलबाला है। आधुनिक युग आतंकवाद, घृणा, ईर्ष्या आदि अवगुणों को द्रुत गति से अपनाता जा रहा है, भौतिकवाद की ओर अग्रसर हो रहा है, भले-बुरे प्रत्येक ढंग से धन कमाना उसके जीवन का लक्ष्य बन गया है। रिश्वत, शोषण, खाद्य-पदार्थों में मिलावट का बोलबाला है। ईमानदारी और सच्चाई पंख लगाकर उड़ती जा रही है। लालच के मकड़जाल में उलझा मानव मानसिक शान्ति खो चुका है। आज मनुष्य चांद पर जा पहुंचा है पर मानसिक प्रदूषण के कारण उसे मानसिक शान्ति नहीं है।

गुरु साहिबान ने अपने समय में ऐसे ही मानसिक प्रदूषण को दस जामे धारण कर बदलने का प्रयास किया। गुरु जी ने अपने युग की दुर्दशा का चित्रण इन शब्दों में किया है :

कलि काती राजे कासाई धरमु पंख करि उडरिआ ॥
कूड़ु अमावस सचु चंद्रमा दीसै नाही कह चड़िआ ॥ *(पन्ना १४५)*

भाव कलियुग छुरी के समान है और राजे कसाई बन जनता का गला काट रहे हैं। झूठ की अमावस्या छाई है, सत्य का चन्द्रमा कहीं दिखाई नहीं देता :

राजे सीह मुकदम कुते ॥ *(पन्ना १२८८)*

सम्पूर्ण वातावरण झूठ, फरेब, लोभ, लालच से दूषित था :

लबु पापु दुइ राजा महता कूड़ु होआ सिकदारु ॥ *(पन्ना ४६८)*

बाबर-बाणी के नामकरण से उल्लेख किये जाने वाले चार शब्द राजनैतिक प्रदूषण का चित्रण प्रस्तुत करते हैं। बाबर पाप की बारात लेकर भारत रूपी वधू को ब्याहने के लिए आक्रमण करता है :

पाप की जंञ लै काबलहु धाइआ जोरी मंगै दानु वे लालो ॥
सरमु धरमु दुइ छपि खलोए कूड़ु फिरै परधानु वे लालो ॥
काजीआ बामणा की गल थकी अगदु पड़ै सैतानु वे लालो ॥ *(पन्ना ७२२)*

इस अमानवीय अत्याचार को देखकर उनकी आत्मा क्रन्दन कर उठती है। वे प्रभु को भी उलाहना देने से नहीं चूकते :

एती मार पई करलाणे तैं की दरदु न आइआ ॥ *(पन्ना ३६०)*

साधारण जनता अज्ञानता, कर्म-कांडों के गहन अंधकार में डूबी हुई थी। भारतवासी बलहीन और कायर बन गए थे और मुगल बादशाहों का हर जुल्म गर्दन झुकाए चुपचाप सह लेते थे।

इस कायरता और कातरता को गुरु साहिबान ने अपनी ज्ञान की बढ़नी (झाड़ू) से दूर करने का प्रयास किया:

गिआनहि की बढनी मनहु हाथे लै कातरता कुतवार बुहारै ॥ *(दसम ग्रंथ)*

प्रेम, करुणा, भाईचारे का संदेश देने के लिए श्री गुरु नानक देव जी ने लंबी यात्राएं कीं। सरल साधारण भाषा में लोगों को धर्म के सारे नियम समझाए। *"जैसा अन्न तैसा मन।"* अत: कड़े परिश्रम द्वारा जीविका अर्जन पर बल उनके दर्शन का प्रथम सिद्धांत है। उन्होंने भाई लालो को ज़िंदगी का बादशाह कहा। उसकी कोधरे की रूखी-सूखी रोटी में से उन्हें अमृत जैसा स्वाद मिला। उसमें से ईमानदारी का दूध टपकता दिखाई दिया। मलक भागो का ब्रह्म-भोज खाने से उन्होंने इंकार कर दिया, क्योंकि वह शोषण और बेईमानी के खून से तैयार

किया गया था :

बाबा होरु खाणा खुसी खुआरु ॥
जितु खाधै तनु पीड़ीऐ मन महि चलहि विकार ॥ (पन्ना १६)

बेईमानी और शोषण से अर्जित धन तो मन में विकार उत्पन्न कर मानसिक प्रदूषण उत्पन्न करता है। नेक कमाई बलवर्धक और शान्तिदायक है। नेक कमाई के साथ सामाजिक उत्थान और निर्माण के लिए उसमें से आपका दशांश दान (दसवंध) करना है :

घालि खाइ किछु हथहु देइ ॥
नानक राहु पछाणहि सेइ ॥ (पन्ना १२४५)

मानवता की सेवा तो वास्तविक भक्ति हैं जिससे मानसिक संतोष प्राप्त होता है :

अणहोदे आपु वंडाए ॥
को ऐसा भगतु सदाए ॥ (पन्ना १३८४)

मानवता की सेवा प्रभु से मिलने का साधन है और गुरु जी तीसरा सिद्धांत का है नाम जपना। आध्यात्मिक विकास के लिए गुरुद्वारों की स्थापना कर संगत और पंगत की प्रथा चलाई। कथा, कीर्तन, शबद-गायन को संगत का अभिन्न अंग बना दिया। साधसंग सतिगुरु की पाठशाला (चटसाल है), जहां सिख प्रभु के गुण ग्रहण करता है :

सतसंगति सतिगुर चटसाल है जितु हरि गुण सिखा ॥ (पन्ना १३१६)

संगत और पंगत के द्वारा भाईचारे, प्रेम और सेवा की भावनाएं पनपती हैं। शबद-गायन संगत का अविभाज्य अंग है। गुरु बाबे की बाणी और भाई मरदाने की रबाब जादू का काम करती, ठगों को सज्जन बनाने का काम करती, वली कंधारी को परोपकार का पाठ पढ़ाती है, कौडे भील का हृदय परिवर्तन कर देती है तथा नूरशाह को संयम और शालीनता का पाठ पढ़ाती है। *"देह सिवा बरु मोहि इहै"*, *"सूरा सो पहिचानीऐ जु लरै दीन के हेत"* द्वारा वीरता का पाठ भी बाणी ही पढ़ाती है। इस दैवी अमृत बाणी के गायन द्वारा आज भी आत्मा प्रकाशित होती है :

मेरा मनु तनु सबदि विगासिआ जपि अनत तरंगा ॥ (पन्ना ४४९)

बाणी गुरु रूप में आज भी हमारा पथ-प्रदर्शन कर रही है। गुरबाणी रूपी दैवी ज्ञान का प्रकाश संसार को सदैव प्रकाशित करता रहेगा। गुरबाणी-गायन से कलात्मक और भावनात्मक बल मिलता है, दुख और संताप दूर हो जाते हैं :

—दूख रोग संताप उतरे सुणी सची बाणी ॥ (पन्ना ९२२)

—गुरबाणी सद मीठी लागी पाप विकार गवाइआ ॥ (पन्ना ७७३)

जब पाप और विकार दूर हो जाते हैं तो हृदय-कमल खिल जाता है :

हिरदै कमलु प्रगासिआ लागा सहजि धिआनु ॥ (पन्ना २६)

मनोवैज्ञानिक आधार पर कह सकते हैं कि सद्‌गुणों का जीवन में प्रवेश होता है, शुभ विचार-तरंगें वातावरण में प्रसारित हो मानसिक प्रदूषण को दूर कर शान्ति प्रदान करती हैं। जीवन में सकारात्मक मूल्यों—प्रेम, सेवा आदि का विकास होता है, नकारात्मक भावों, जैसे लोभ, मोह, अहंकार आदि का विनाश होता है। ऐसा व्यक्ति स्वयं भी भवसागर से तर जाता है और दूसरों का भी उद्धार करता है :

जो प्रानी ममता तजै लोभ मोह अहंकार ॥
कहु नानक आपन तरै अउरन लेत उधार ॥ (पन्ना १४२७)

अमेरिकन नोबल पुरस्कार विजेता परल

बक गुरबाणी को आधुनिक युग की कीमती धरोहर मानते हुए लिखते हैं : "गुरबाणी हृदय और बुद्धि दोनों को भोजन प्रदान कर प्रभावित करती है।"

श्री गुरु ग्रंथ साहिब में संकलित बाणी दैवी बाणी है, धुर की बाणी है, जो आध्यात्मिक भोजन प्रदान कर मनुष्य को आध्यात्मिक, मानसिक, नैतिक, बौद्धिक, शारीरिक बल प्रदान करती है। प्रातः-सायं कीर्तन सुनने, नाम-सुमिरन को दैनिक जीवन का अंग बना कर श्री गुरु ग्रंथ साहिब की बाणी ने अध्ययन-अध्यापन का अंग बनाकर बहुत बड़ा उपकार किया है मानसिक प्रदूषण से समाज को बचाने का :

—अंम्रित वेला सचु नाउ वडिआई वीचारु ॥
(पन्ना २)

—भरीऐ मति पापा कै संगि ॥
ओहु धोपै नावै कै रंगि ॥ (पन्ना ४)

—सिमरउ सिमरि सिमरि सुखु पावउ ॥
(पन्ना २६२)

—सरब रोग का अउखदु नामु ॥ (पन्ना २७४)

—हरि को नामु सदा सुखदाई ॥ (पन्ना १००८)

गुरबाणी का गायन, मनन, पठन वस्तुतः मानसिक प्रदूषण को दूर करने में सहायक सिद्ध होता है। आधुनिक मनोवैज्ञानिकों और डॉक्टरों के अनुसार दैवी संगीत न केवल प्रसन्नता प्रदान करता है, बल्कि मानसिक तनाव और मानसिक प्रदूषण से हमारा बचाव कर हमें मानसिक शांति प्रदान कर हमारे स्वास्थ्य को बढ़िया बनाने में सहायक सिद्ध होता है। आधुनिक युग के उच्च कोटि के डॉक्टरों का मत है कि दैवी संगीत, मनन, हरि-सुमिरन, सात्विक विचार और उच्च गुणों का जीवन में विकास हृदय रोग, शकर रोग और उच्च रक्तचाप के उपचार में सहायक सिद्ध होते हैं। शुभ विचार, सात्विक विचार-लहरें, वातावरण में प्रसारित होकर वातावरण को सुखदायक और आनंददायक बनाती हैं, जिसके द्वारा मानसिक शांति और आनंद की प्राप्ति होती है और जो मानसिक प्रदूषण को दूर करने में सहायक सिद्ध होती हैं।

मानसिक प्रदूषण को दूर करने के लिए गुरु जी ने जीवन में सात्विक गुणों तथा सदाचारक और नैतिक विकास पर बल दिया :

सचहु ओरै सभु को उपरि सचु आचारु ॥
(पन्ना ६२)

भाव सत्य महान है पर सच्चा क्रियात्मक जीवन उससे भी महान है। भक्ति गुणों से संबंधित है :

विणु गुण कीते भगति न होइ ॥ (पन्ना ४)

जीवन में उच्च गुणों के विकास के बिना तो प्रभु की भक्ति भी नहीं हो सकती और न ही ज्ञान का अर्जन हो सकता है :

गुण वीचारे गिआनी सोइ ॥
गुण महि गिआनु परापति होइ ॥ (पन्ना ९३१)

और आम गुणों का विकास भी जीवन में तब होता है जब मनुष्य गुणवान होता है :

जिन गुणु पलै नानका माणक वणजहि सेइ ॥
(पन्ना ९५४)

ऐसा शिक्षा प्राप्त व्यक्ति भी मूर्ख है यदि उसमें लालच, लोभ और अहंकार के अवगुण पाए जाते हैं :

पड़िआ मूरखु आखीऐ जिसु लबु लोभु अहंकारा ॥
(पन्ना १४०)

तभी तो गुरबाणी में मनमुख के जीवन में अवगुणों की अधिकता होने के कारण उसे दुख का खेत कहते हैं, जो दुख बोता और दुख खाता है :

मनमुखु दुख का खेतु है दुखु बीजे दुखु खाइ ॥
(पन्ना ९४७)

इसके विपरीत :

गुरमुखि सचु संजमु ततु गिआनु ॥ (पन्ना ५५९)

अत: गुरुओं का आदर्श मनुष्य गुरमुख, खालसा और ब्रह्मज्ञानी है, जो स्वयं भी अपने नैतिक गुणों के कारण सुखी रहता है और समाज को भी सुखी बनाता है। वह अपने गुणों के प्रसार के द्वारा मानसिक प्रदूषण को दूर करने में सहायक सिद्ध होता है।

मानसिक प्रदूषण को दूर करने के लिए विवेक-शक्ति का विकास, भले-बुरे की पहचान का होना ज़रूरी है, जिसे हम ज्ञान-अंजन के द्वारा ही प्राप्त कर सकते हैं। अज्ञान के अंधेरे को शिक्षा के प्रकाश से ही दूर किया जा सकता है।

गुरु साहिबान ने धर्मशालाओं के साथ संलग्न पाठशालाएं खोलीं, जहां लड़के और लड़कियों को पढ़ाया जाता था। कथा-कीर्तन के द्वारा समाज को, देश को सभ्यता और संस्कृति का परिचय दिया जाने लगा :

बिदिआ तपु जोगु प्रभ धिआनु ॥
गिआनु स्रेसट ऊतम इसनानु ॥ (पन्ना २९५)

और इस ज्ञान-धारा में स्नान कर आत्मा नूरो-नूर हो जाती है :

अगिआनु अंधेरा मिटि गइआ गुर चानणु गिआनु चरागु ॥ (पन्ना ८४९)

ज्ञान-प्राप्ति द्वारा मन की अज्ञानता दूर हो जाती है और चारों ओर उजाला ही उजाला हो जाता है। ज्योति-स्वरूप मन को पहचानने के लिए ज्ञान-अर्जन आवश्यक है। ज्ञान प्रदान के लिए गुरु साहिबान ने *"पीऊ दादे का खोलि डिठा खजाना"* के रूप में श्री गुरु ग्रंथ साहिब को समाज को प्रदान किया। उसे *"पोथी परमेसर का थानु"* बनाया, जो सदा-सदा के लिए मानसिक प्रदूषण दूर करने का साधन बन गया।

भारत को परतन्त्रता की बेड़ियों से मुक्त कराने के लिए गुरु साहिबान ने गुलामी की निद्रा में सोई भारतीय जनता को इन शब्दों द्वारा झंझोड़ा :

जे जीवै पति लथी जाइ ॥
सभु हरामु जेता किछु खाइ ॥ (पन्ना १४२)

इज्जत गंवा कर जीना भी कोई जीना है? आओ! देश को जालिमों के चंगुल से छुड़ाने के लिए हमारे पूर्वजों ने जो कुर्बानियां कीं उनके बीज गुरु नानक देव जी महाराज के शब्द *"सिरु धरि तली गली मेरी आउ"* में छिपे हैं। श्री गुरु अरजन देव जी ने अपनी शहीदी द्वारा इस बीज को सींचा। श्री गुरु तेग बहादर जी अपना शीश बलिदान कर हिन्द की चादर बन गए। श्री गुरु गोबिंद सिंघ जी ने देश-कौम की खातिर अपने पुत्रों तक का बलिदान दे दिया। आपने सरबंसदानी का रुतबा ग्रहण किया। गुरु जी द्वारा दिखाये आत्म-सम्मान के रास्ते पर चलते हुए भारत को परतन्त्रता की जंजीरों से स्वतन्त्र कराने के लिए गुरु के सिखों ने चरखड़ियों पर चढ़, बंद-बंद कटवाए, आरे से चिरवाए गए, देगों में उबाले गए। देश-कौम की स्वतंत्रता के लिए संघर्ष करके अन्त में भारत को परतन्त्रता की बेड़ियों से मुक्त कराने में सफल हो गए। गुरु साहिबान की शिक्षा से प्राप्त बल द्वारा ज्ञान की बढ़नी के द्वारा कातरता, कुतवार के रूप में मानसिक प्रदूषण दूर हुआ और भारत के लोग स्वतन्त्र भारत की फ़िज़ा में श्वास लेने के काबिल बने।

मानव, समाज और पर्यावरण

-श्री वरगिस सलामत*

यूनानी विद्वान अरस्तू का यह कथन "मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है" किसी नीतिवचन से कम नहीं, क्योंकि शताब्दियों के पश्चात भी मनुष्य समाज के बिना नहीं रह सकता। मनुष्य व समाज परस्पर एक-दूसरे पर निर्भर हैं। इस परस्पर निर्भरता के मध्य एक पर्यावरण रूपी पुल है जो इसको और घनिष्ठता व परिपक्वता प्रदान करता है। इसी पुल के द्वारा मानव व प्रकृति में लेन-देन का व्यापार होता है। विद्वानों द्वारा यह भी सिद्ध हो चुका है कि कोई भी विकसित व स्वस्थ समाज इसके वातावरण पर निर्भर करता है।

आधुनिक तुलनात्मक दृष्टिकोण से मानव और प्रकृति के लेन-देन के सिलसिले का अध्ययन करें तो मेरे विचार में आज मनुष्य स्वार्थी प्राणी रह गया है और वह अपने स्वार्थी व्यवहार से प्राकृतिक स्रोतों के साथ सीनाजोरी एवं जबरदस्ती करके वातावरण को दूषित कर रहा है, जबकि मनुष्य प्रकृति का सबसे प्रौढ़ स्रोत है।

पंजाब शिक्षा बोर्ड की आठवीं की हिन्दी पाठ्य पुस्तक में डॉ अविनाश कुमार के अनुसार, "हमारे पास का सारा वातावरण, समस्त जल-भंडार, हमें जीवित रखने वाली वायु, यह धरती एवं आकाश का सारा क्षेत्र, इन सभी के दूषित हो जाने का नाम प्रदूषण है।"

स्टूडेंट कम्प्यूटर में Encarta की जानकारी के आधार पर मुख्य रूप से पांच प्रकार के प्रदूषण को दर्शाया गया है, जो हमारे वातावरण को दूषित कर रहे हैं :

१. वायु-प्रदूषण
२. जल-प्रदूषण
३. धरती-प्रदूषण
४. स्थायी कूड़ा-कर्कट प्रदूषण
५. ध्वनि-प्रदूषण

गुजरे कुछ वर्षों में संसार भर में इस विषय पर गंभीरता से अध्ययन हुआ है और इसके भयानक प्रभावों का परिणाम है कि आज सभी देशों की सरकारों ने अपनी शिक्षा-प्रणाली में इसे अनिवार्य विषय के रूप में पढ़ाना शुरू किया है। कुछ महीने पूर्व की अखबार में एक सरकारी सर्वे के आधार पर जिला मुक्तसर (पंजाब) में जल-प्रदूषण का डाटा रौंगटे खड़े करने वाला है। प्रति घर एक कैंसर का मरीज और दस हज़ार लोग इस नामुराद बीमारी का शिकार हो चुके हैं। वायु प्रदूषण का भी यही हाल है। हम कहीं भी खुली हवा में सांस नहीं ले सकते। हमारी फैक्टरियां, वाहन व सुख-सुविधाओं के साधन आदि हमारी सांसों को कम कर रहे हैं।

मैंने चार-पांच साल पहले एक लेख समाचार पत्र में पढ़ा था जिसका शीर्षक था, "भारत २५ वर्षों तक कूड़े का ढेर हो जाएगा"। सचमुच ही अगर हम आज घरों, फैक्टरियों व बाज़ारों के स्थायी कूड़ा-कर्कट का अनुमान करें तो ज्ञात होगा कि हम दिन-प्रतिदिन अपने ही

*सुंदर नगर, डेरा बाबा नानक रोड, बटाला, जिला गुरदासपुर-१४३५०५

कूड़े में धंसते चले जा रहे हैं। अगर प्रति घर प्रतिदिन २ किलोग्राम भी कूड़ा निकालता है तो गणित कीजिए कि लगभग सवा सौ करोड़ की आबादी वाले देश में कितने घर हैं, कितने कारखाने हैं और कितने बाजार हैं! शहरों में नई इमारतों का कंकरीट भी बुरी तरह प्रभावित कर रहा है। जितनी भी आधुनिक तकनीकी खोज है, यह हमें सुख-सुविधा के साथ प्रदूषण भी बांट रही है।

हमारा प्राकृतिक वातावरण पूरी तरह प्रदूषित हो चुका है, जिसको मैंने आपको बताने की छोटी सी कोशिश की है, परन्तु इसके साथ ही मैं आपको सामाजिक वातावरण के बारे में भी बताने का प्रयास कर रहा हूं। मेरा मानना है कि बुराई अगर बीमारी बन जाए तो प्रदूषण है। हमें निम्नलिखित अनुसार सामाजिक प्रदूषण के बारे में भी चिंतन करना है :

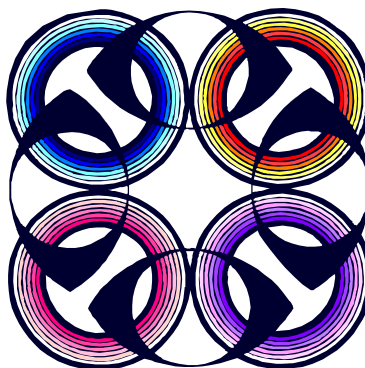
१. सभ्याचार प्रदूषण
२. संचार (मीडिया) प्रदूषण
३. राजनीतिक प्रदूषण
४. धार्मिक प्रदूषण

प्राचीन काल से ही भारतीय समाज सांस्कृतिक है, सांस्कृतिक भिन्नताओं के बावजूद भी हम एक-दूसरे के सभ्याचार का आदर करते हैं, किन्तु आज विश्वीकरण व धन की दौड़ में हम अपने सभ्याचार को दांव पर लगाते जा रहे हैं।

मीडिया हमारी तीसरी आंख है, चेतना का माध्यम है, 'जागते रहो' का नारा देने वाला पहरेदार है, परंतु खेद यह है कि व्यापारीकरण की होड़ में इसका एक हिस्सा हमारे घरों तक अश्लीलता और अंधविश्वास पहुंचा रहा है। कई गंभीर सीरियल समीक्षक यही बताते हैं कि हमारे सीरियल असलियत से कोसों दूर हैं। हमारे कुछ समाचार पत्र भी इस प्रदूषण के लिए जिम्मेवार हैं।

हमारा टी. वी. मीडिया व्यापारिक विज्ञापनों के माध्यम से हमारे समाज में अश्लीलता व नशे को प्रोत्साहित कर रहा है। स्थिति किस सीमा तक बिगड़ चुकी है, इसका एक उदाहरण यह है कि एक मोटरसाइकिल के विज्ञापन में बताया जाता है कि जिसके पास अच्छी मोटर साइकिल हो तो लड़की उसी की ओर आकर्षित होगी। ऐसे विज्ञापन समाज को क्या देते हैं, यह बहुत गंभीर प्रश्न है।

अगर हम भविष्य में नि:स्वार्थ होकर मानव-समाज एवं पर्यावरण में संतुलन बनाना चाहते हैं, तो हमें उपरोक्त प्रदूषित व व्याख्यायित प्रदूषणों को अपने जीवन, अपने घरों और समाज से निकालना होगा, इसके प्रति सुचेत रहना होगा और दूसरों को सुचेत करना होगा:

अगर हम बुलबुलें है अमन के,
तो गुलस्तां क्यूं है जल रहा?
कौन है वो सांप 'वरगिस',
जो आस्तीन में पल रहा?

वर्तमान प्रदूषण-स्थिति में पदार्थवादी जीवन-युक्ति घटक

*-डॉ. परमजीत कौर**

मनुष्य तथा प्रकृति का अटूट सम्बंध है। प्राकृतिक संपदाएं जल, वायु, पेड़-पौधे, पर्वत, नदियां आदि मनुष्य के जीवन को आनंदमयी तथा सुखी बनाने में समर्थ हैं। पृथ्वी पर वरदान के समान प्राप्त ईश्वर-प्रदत्त इन संपदाओं को मनुष्य ने अपने लोभ तथा अज्ञान के कारण प्रदूषित तथा विकृत कर दिया है। ये संपदाएं धरती माता के समान अनगिनत पदार्थ देकर प्राणियों का पालन करती हैं। अरबों लोग पेड़-पौधों से विसृर्जित प्राणवायु में सांस लेते हैं पर इस आक्सीजन गैस के अस्तित्व में साधारणत: कमी नहीं आती, क्योंकि धरती पर जो वनस्पति पैदा होती है वह मानव द्वारा बाहर निकाली गयी गंदी कार्बनडाईआक्साइड को पी जाती है तथा आवश्यक आक्सीजन गैस बाहर निकाल देती है। इस तरह धरती जीवन का आधार बनती है। इसी धरती पर उत्पन्न पेड़, पर्वत आदि काटकर गगनचुंबी इमारतें, कारखाने तथा बड़े-बड़े बांधों को बनाया जा रहा है, जिससे बाढ़ या सूखे जैसे प्रकोप, बारिश का अभाव तथा तापमान बढ़ जाने के कारण भयंकर रोगों का प्रसार हो रहा है। औद्योगिक विकास के नाम पर वायु तथा जल को दूषित किया जा रहा है, जिसका दुष्प्रभाव मनुष्य के जीवन तथा सांस्कृतिक धरोहर पर पड़ रहा है। औद्योगिक चिमनियों तथा सड़कों पर अनगिनत संख्या में चलते स्कूटर, ट्रक, बस तथा तिपहिया वाहनों आदि से निकलने वाला धुआं, जिसमें कार्बनमोनोआक्साइड, कार्बनडाईआक्साइड, नाइट्रोजनआक्साइड, हाइड्रोकार्बन आदि गैसें होती हैं, जो वायु में मिलकर वायु को प्रदूषित कर देती हैं, जिससे आंखों में जलन, रक्त की कमी, कफ, सिरदर्द, अनिद्रा, दमा, थकावट तथा दिल सम्बंधी रोग हो जाते हैं। इसके अतिरिक्त सिगरेट के धुएं में बैंजीन-पिरीन होती है जो कैंसर का कारण बन सकती है। वायु में धूल तथा धुआं मिल जाने से तापमान में अनपेक्षित वृद्धि होती है। पेड़ों से पत्ते तथा फल गिर जाते हैं और खाद्य-पदार्थों की गुणवत्ता प्रभावित होती है। आजकल महानगरों में प्रात:कालीन धुंध के साथ धूल तथा धुएं के मिलने से आंखों में जलन एवं दृष्टि में धुंधलापन जैसी गंभीर समस्याएं पैदा हो गयी हैं।

सड़क पर चलते वाहनों के हार्न तथा यत्र-तत्र बजते लाऊड स्पीकरों से उत्पन्न ध्वनि-प्रदूषण से रक्त में कैलेस्ट्रोल की वृद्धि, उच्च रक्तचाप, श्रवण-शक्ति में कमी जैसी समस्याएं पैदा हो रही हैं।

बहुतायत में बचे हुये गले-सड़े खाद्य पदार्थ, कागज, पोलीथीन, पशुओं का मल आदि जल को प्रदूषित कर देते हैं, जिससे हैजा, पीलिया, टाइफाइड, पेचिश आदि रोग फैलते हैं। इस तरह पर्यावरण में विषैले तत्वों की भरमार ने जीवन की प्रफुल्लता को समाप्त कर दिया है।

पर्यावरण के प्रदूषण के साथ-साथ उस प्रदूषण के प्रति भी सुचेत रहना चाहिए जिसने मानव को संवेदनशून्य, विचारों को कलुषित तथा

**अध्यक्ष, संस्कृत विभाग, गुरु नानक गर्ल्स कॉलेज, संतपुरा, यमुनानगर (हरियाणा)-१३५००१*

समाज को दूषित कर दिया है। चारों ओर घोर असंतोष तथा रोष का धुआं फैला हुआ है, भ्रष्टाचार की धुंध छायी हुई है। प्रत्येक हृदय संदिग्ध, भयभीत तथा अशांत है, जिससे शारीरिक तथा मानसिक रोगों में वृद्धि हो रही है और आपसी सम्बंधों का हनन हो रहा है।

जीवन-मूल्यों में परिवर्तन, संयुक्त परिवारों का टूटना, भौतिक जीवन को उच्च बनाने की आकांक्षा, अधिकतम आर्थिक सम्पत्ति को अधिकृत करने की तृष्णा, विषयों के प्रति आसक्ति, पदार्थों का मोह, मान, प्रतिष्ठा, उच्च पद की लालसा, लोभ, ईर्ष्या, स्वार्थ, संकीर्णता तथा प्रदर्शन की भावना ने मनुष्य को भ्रमित कर दिया है। पशुवृत्ति प्रधान होने से मनुष्य बुद्धि का दुरुपयोग कर रहा है तथा प्राकृतिक सम्पदाओं के महत्त्व की उपेक्षा करके पर्यावरण को प्रदूषित कर रहा है।

जैसे आग में घी डालने से आग बढ़ती जाती है वैसे ही तृष्णा के अधीन पदार्थों के मोह में फंसे हुये मनुष्य का लोभ बढ़ता जाता है। वह चाहे जितना धन एकत्र कर ले, जितना बड़ा घर बना ले, जरूरत से अधिक भौतिक सुख के साधन एकत्र कर ले, कभी संतुष्ट नहीं होता, उसकी अधिक प्राप्ति की लालसा समाप्त नहीं होती। धरती के हरियाली-विहीन होने, वृक्षों, वनों, उपवनों, पर्वतों के कटने तथा जल, वायु एवं ध्वनि-प्रदूषण का यही प्रमुख कारण है। श्री गुरु अरजन देव जी मनुष्य की इस मनोवृति का वर्णन करते हुये कहते हैं :

—बिखै ठगउरी जिनि जिनि खाई ॥
ता की त्रिसना कबहूं न जाई ॥ (पन्ना १९९)
—त्रिसना बिरले ही की बुझी हे ॥१॥रहाउ॥
कोटि जोरे लाख क्रोरे मनु न होरे ॥
परै परै ही कउ लुझी हे ॥१॥
सुंदर नारी अनिक परकारी पर ग्रिह बिकारी ॥
बुरा भला नही सुझी हे ॥२॥
अनिक बंधन माइआ भरमतु भरमाइआ गुण निधि नही गाइआ ॥
मन बिखै ही महि लुझी हे ॥ (पन्ना २१३)

जीवन को संयमित करना जरूरी है। सत्य, संतोष, दया, परोपकार तथा प्रेम की भावना से रहित व्यक्ति की तृष्णा कभी समाप्त नहीं हो सकती। गुरु साहिबान द्वारा निर्दिष्ट जीवन-मार्ग पर चलने से इस समस्या का समाधान किया जा सकता है। श्री गुरु ग्रंथ साहिब में प्रकृति से प्रेम करने का निर्देश दिया गया है। यहां प्रकृति के प्रफुल्लित होने पर मन के प्रसन्न तथा स्थिर होने का वर्णन है :

बसंतु चड़िआ फूली बनराइ ॥
एहि जीअ जंत फूलहि हरि चितु लाइ ॥
(पन्ना ११७६)

विकसित हरे-भरे वृक्षों की प्रफुल्लता को आनंद का प्रतीक माना गया है :

बिरखु जमिओ है पारजात ॥
फूल लगे फल रतन भांति ॥ (पन्ना ११८०)

जो मनुष्य कुदरत में कादिर की छवि देखता है वह प्रकृति से प्रेम करने लगता है। श्री गुरु नानक देव जी के अनुसार :

कुदरति पउणु पाणी बैसंतरु कुदरति धरती खाकु ॥
सभ तेरी कुदरति तूं कादिरु करता पाकी नाई पाकु ॥ (पन्ना ४६४)

भाई गुरदास जी के मत में :

. . . कुदरति अंदरु कादरु दिसै। (वार ३७:१४)

श्री गुरु नानक देव जी ने धरती, पानी तथा वायु के महत्त्व का प्रतिपादन करते हुये समझाया है कि पवन 'गुरु' तथा पानी 'पिता' के समान गौरवमयी तथा उपकारी है और धरती

मां के समान महत्त्वपूर्ण है :

पवणु गुरू पाणी पिता माता धरति महतु ॥
(पन्ना ८)

पउणु गुरू पाणी पित जाता ॥
उदर संजोगी धरती माता ॥ (पन्ना १०२१)

गुरु साहिबान ने किरत करना, नाम जपना तथा बांट कर खाने को जीवन का उद्देश्य बनाने के निर्देश दिये हैं। मेहनत की कमाई करके उसमें से ज़रूरतमंदों की सहायता करने में विश्वास रखने वाला तथा परमात्मा से जुड़ा हुआ व्यक्ति जीवन में संतुष्ट रहना सीख लेता है तथा सदैव तृप्त रहता है :

बिना संतोख नही कोऊ राजै ॥ (पन्ना २७९)

तृष्णा की आग में जलते हुए मन को नाम-अमृत से ही शांत किया जा सकता है। गुरु-शबद का आश्रय लेकर परमात्मा को सदैव याद रखने से अंदर की सारी तृष्णा, सारी भूख समाप्त हो जाती है, मन सदैव आनंद-विभोर रहता है :

—तिस की त्रिसना भुख सभ उतरै जो हरि नामु धिआवै ॥ (पन्ना ४५१)

—हरि हरि अंम्रितु पी त्रिपतासे सभ लाथी भूख भुखानी ॥ (पन्ना ६६७)

परमात्मा के साथ जुड़े हुये व्यक्ति लोभ के अधीन होकर धन-पदार्थों को संचित नहीं करते। वे निर्लिप्त होकर जीवन-निर्वाह के लिये धन-मान आदि अर्जित करते हैं। पदार्थों के रस उन्हें कुदरत से अलग नहीं करते। कीमती पदार्थों की क्षणमात्र खूशी उन्हें नाम-रस के आनंद की अपेक्षा तुच्छ प्रतीत होती है :

हरि रसु जिन्ही चाखिआ पिआरे त्रिपति रहे आघाइ ॥ (पन्ना ४३१)

विषयों के मद की पकड़ एक दम छोड़ी नहीं जा सकती, इसमें सहायक होती है। सतसंगत करने से बुरे संस्कार मिटने शुरू हो जाते हैं :

सतसंगति मिलि बिबेक बुधि होई ॥
पारसु परसि लोहा कंचनु सोई ॥ (पन्ना ४८१)

गुरु साहिबान ने शराब, तम्बाकू, अफीम आदि सब प्रकार के नशों के सेवन से बहुत स्पष्ट और कठोरता से वर्जित किया है। ये सभी विनाश की कगार पर ले जाते हैं :

. . . किआ मदि छूछै भाउ धरे ॥ (पन्ना ३६०)

कुसंगत में पड़ा हुआ व्यक्ति भी यदि सदाचारी तथा सत्य की राह पर चलने वाले परमात्मा के नाम को जिंदगी का आधार बनाने वाले की संगत करता है तो वह पवित्र जीवन वाला हो जाता है तथा अपने आस-पास के वातावरण को भी स्वच्छ रखता है। पवित्र मन वाला मनुष्य वातावरण को प्रदूषित करने में संकोच करता है। भक्त कबीर जी ने वातावरण में गंदगी बिखेरने वाले तथा मंद विकारों वाले व्यक्ति से सूअर को अच्छा बताया है जो आस-पास की गंदगी को खाकर वातावरण को स्वच्छ रखता है :

कबीर साकत ते सूकर भला राखै आछा गाउ ॥
(पन्ना १३७२)

संक्षेप में हम कह सकते हैं कि यदि गुरु साहिबान द्वारा निर्दिष्ट जीवन-मार्ग पर चलते हुये गुणतन्त्र को अपना लें तथा कुदरत में कादिर की छवि देखने की आदत बना लें तो वातावरण को प्रदूषित होने से बचाया जा सकता है।

शारीरिक स्वच्छता हेतु निर्मल गुरबाणी-उपदेश

*-स. गुरदीप सिंघ**

दुनिया के सभी डाक्टरों और स्वास्थ्य-विशेषज्ञों का एकमत से मानना है कि अस्वच्छता तमाम रोगों की जड़ है। अनेक बीमारियां साफ-सफाई के अभाव में ही पनपती हैं। जीवाणु (बैक्टीरिया) और विषाणु (वायरस) गंदगी में ही पनपते हैं। इसलिए यदि हमें स्वस्थ रहना है तो अपने शरीर को स्वच्छता पर विशेष ध्यान देना होगा। इस संदर्भ में निजी स्वास्थ्य विज्ञान (हाईजीन) की अनदेखी नहीं की जा सकती।

स्वास्थ्य का आधार है स्वच्छता। स्वच्छता, सफाई न होने पर अनेक रोग शरीर को घेर लेते हैं। रोगी मनुष्य परिवार, समाज, देश और अन्तर्राष्ट्रीय भाईचारे का अच्छा नागरिक नहीं बन सकता।

श्री गुरु नानक देव जी का फरमान है कि जिनका चेहरा तथा शरीर मैल से सने हुए हों उनका जीवन दुख, तकलीफ और बीमारी से घिरा रहता है :

मैले वेस तिना कामणी दुखी रैणि विहाइ जीउ ॥ (पन्ना ७२)

जहां प्रभु का निवास हो वहां स्वच्छता ज़रूरी है। श्री गुरु अरजन देव जी फरमाते हैं कि परमात्मा ने अपने रहने के लिए मनुष्य के मन को सुंदर घर बनाया हुआ है और मानव शरीर को उस घर की रखवाली के लिए सुंदर बाड़ी बनाया है। इस मन-मंदिर के अंदर ही प्रभु जी आप निवास करते हैं :

मनु मंदरु तनु साजी बारि ॥ (पन्ना १८०)

न चाहते हुए भी शरीर मैला हो जाता है। हवा में जो मैल के कण हैं, वे बहुत ही सूक्ष्म होते हैं। काम करते समय, इधर-उधर घूमने या फिर आने-जाने से धूल शरीर पर पड़ती है तो शरीर मैला हो जाता है। यदि यह मैल साफ न की जाए तो यह इतनी जमा हो जाती है कि शरीर की खाल/चमड़ी ही मैली दिखाई देने लग जाती है।

श्री गुरु नानक देव जी का सिरीरागु में फरमान है कि साफ पानी से नहाने पर शरीर की मैल निकल जाती है :

भाई रे मैलु नाही निरमल जलि नाइ ॥ (पन्ना ५७)

पानी से स्नान करने पर शरीर स्वच्छ हो जाता है, हरि के नाम रूपी जल में स्नान करने से मानव-जीवन पवित्र हो जाता है और सब पाप उतर जाते हैं :

निरमल होए करि इसनाना ॥ (पन्ना ६२५)

जो मनुष्य सतिगुरु का सिख कहलाता है वह सुबह उद्यम कर, स्नान करने के उपरांत नाम-रूपी जल-अमृत के सरोवर में गोता लगाता है। श्री गुरु रामदास जी गउड़ी की वार में कथन करते हैं :

गुर सतिगुर का जो सिखु अखाए सु भलके उठि हरि नामु धिआवै ॥
उदमु करे भलके परभाती इसनानु करे अंम्रित सरि नावै ॥ (पन्ना ३०५)

**३०२, किदवाई नगर, लुधियाना। मो ९८८८१-२६६९०*

शरीर के सभी अंगों की सफाई का बहुत महत्व है, जैसे कि :

चमड़ी : हमारे शरीर रूपी किले की बाहरी दीवार है। यह शरीर के आंतरिक अंगों को ढक कर रखती है और उनकी रक्षा करती है तथा शरीर के तापमान को ठीक रखती है। चमड़ी शरीर से पसीना और अन्य बदबूदार अनावश्यक पदार्थों का निकास करती है। यदि चमड़ी की सफाई न की जाए तो आंतरिक और बाहरी रोग हो जाते हैं। जीवित रहने के लिए भोजन जितना जरूरी है उतना ही आवश्यक है चमड़ी को साफ-सुथरा रखना।

चमड़ी की सफाई के लिए सबसे उत्तम साधन अच्छे प्रकार से नहाना है। अमृत वेले में दातुन या ब्रुश से दांत साफ करने के बाद साफ पानी से नहाना लाभदायक है। नहाने से पहले पेट साफ और खाली होना चाहिए। खाने के और कसरत या थकावट के एकदम बाद नहीं नहाना चाहिए। चमड़ी की ठीक तरह से सफाई करने से शरीर सुंदर, साफ, चुस्त और हल्का प्रतीत होता है।

केश : केश हमारे शरीर के स्वास्थ्य का ही चिन्ह नहीं अपितु हमें सुंदर बनाने में भी इनका हाथ होता है। साफ-सुथरे और अच्छी तरह कंघी किये केश बढ़िया व्यक्तित्व के चिन्ह है। इनकी ठीक तरह से देखभाल न करने पर ये कमज़ोर होकर गिरने लगते हैं। इनमें रूसी पड़ जाती है, जूएं पनप उठती हैं। सिर को चम्बल, फोड़े आदि चर्म-रोग हो जाते हैं। केशों को खूबसूरती और रुहानियत का मूल (अलटीमेट सैंस ऑफ ब्यूटी एंड स्प्रिचुयालिटी) समझा जाता है।

सिख धर्म में केशों की बेअदबी करना कुरहित है। काबुल की संगत के नाम श्री गुरु गोबिंद सिंघ जी ने जो २६ ज्येष्ठ, सं. १७५६ मुताबिक २५ मई १६९९ को हुक्मनामा लिखा था उसमें खंडे का अमृत छकने के साथ ही हुक्म किया था "केस रखणे, इह साडी मोहर है। दोनों वक्त केसां दी पालणा करनी।" इसके साथ ही गुरु साहिब के दरबारी कवि और अनन्य सिख भाई नंद लाल सिंघ जी ने 'तनखाहनामा' में गुरु साहिब का सिखों के प्रति फरमान इस प्रकार लिखा है *"कंघा दोनों वकत कर, पाग चुने कर बांधई।"*

श्री गुरु नानक देव जी का फरमान है कि यदि हाथ या पैर गंदे हो जाएं तो पानी से धोने पर उसकी मैल निकल जाती है, यदि कोई कपड़ा मल-मूत्र से गंदा हो जाए तो पानी और साबुन से उसे धोकर साफ कर लेते हैं :

भरीऐ हथु पैरु तनु देह ॥
पाणी धोतै उतरसु खेह ॥
मूत पलीती कपड़ु होइ ॥
दे साबूणु लईऐ ओहु धोइ ॥ (पन्ना ४)

परंतु यदि मनुष्य की बुद्धि पापों से मलिन हो जाए तो परमात्मा के नाम रूपी जल से धोई जा सकती है :

भरीऐ मति पापा कै संगि ॥
ओहु धोपै नावै कै रंगि ॥ (पन्ना ४)

बीमारियां जो हाथों के सम्पर्क से फैलती है:

डायरिया और डायसेंटरी (Diarroea & Dysentery)
हैपीटाइटिस ए (Hepatitis A)
टाईफाईड (Typhoid)
इन्फलुएंजा (Influenza)
मेनिनजाइटिस (Meningitis)
मीजलस (खसरा) (Measles)
हरपीज (खारपू धदरी) (Herpes)
कन्जकटीवाईट्स (Conjunctivitis)
खांसी और जुकाम (Cough and Cold)

अपने हाथों को आम तौर पर साफ रखना चाहिए और विशेष रूप से करंसी नोट या सिक्कों की गिनती के बाद, क्योंकि सिक्के या नोट आदि मरीजों के हाथों से भी गिने होते हैं और साथ ही यही सावधानी निम्न अंकित कामों में बरतनी चाहिए :

-स्नानगृह का प्रयोग करने के बाद
-किसी रोगी को मिलने से पहले या बाद में
-भोजन करने से पहले
-किसी बच्चे को उठाने या गोद में लेने से पहले

यात्रा के दौरान/पब्लिक ट्रांसपोर्ट के उपयोग से पहले सफर में सुविधानुसार पेपर सोप प्रयोग में लाया जा सकता है तथा किसी दवाई आदि को हाथ में लेने से पहले, पालतू जानवरों या अन्य किसी भी जानवर को हाथ लगाने के बाद।

शारीरिक स्वच्छता के बिना जीवन स्वस्थ नहीं रह सकता। कुछ मनुष्य केवल साज-श्रृंगार, फैशन करना और सुंदर कपड़े पहनना ही शरीर की स्वच्छता समझते हैं। स्वच्छता, पवित्रता, साफ-सफाई मनुष्य के जीवन को ऊंचा उठाने के लिए और तंदरुस्ती प्राप्त करने के लिए एक महत्वपूर्ण कदम है।

श्री गुरु अरजन देव जी फरमाते हैं कि लोक में सुखी और परलोक में सुहेला होने के लिए अमृत वेला में स्नान कर अपने प्रभु का नाम-सुमिरन करके शरीर और मन निरोग हो जाते हैं :

करि इसनानु सिमरि प्रभु अपना मन तन भए अरोगा ॥ *(पन्ना ६११)*

जल-प्रदूषण से मुक्ति का साधन : निर्मलता

(पृष्ठ ३७ का शेष)

सो तनु निरमलु जितु उपजै न पापु ॥
(पन्ना १९८)

जिस मनुष्य में पाप नहीं है, मलिनता नहीं है, जो पूर्णत: आचरण आदि की दृष्टि से शुद्ध है, वही समाज की बेहतरी के लिए कार्य कर सकता है।

तीसरे पातशाह साहिब श्री गुरु अमरदास जी के अनुसार जो मनुष्य अपने आप को पहचान जाता है, जो स्वयं अपनी मलिनता दूर कर लेता है, वह निर्मल हो जाता है :

सो जनु निरमलु जिनि आपु पछाता ॥
(पन्ना १०४६)

इस प्रकार श्री गुरु ग्रंथ साहिब में स्थापित किया गया 'निर्मलता' का संकल्प जीवन के आध्यात्मिक, सामाजिक एवं व्यवहारिक पक्षों के साथ संबंध तो रखता ही है, साथ ही यह हमारे गिर्दपेिश की निर्मलता के लिए भी प्रेरित करता है। प्रकृति एवं जल को अकाल पुरख का स्वरूप मानकर उसे 'निर्मल' कहना और फिर उस 'निर्मल' की उपासना के लिए स्वयं निर्मल होने-बनने का उपदेश देना। गुरबाणी का आशय स्पष्ट है कि हमें प्रत्येक स्तर पर निर्मलता को अपनाना है। निर्मलता ही जीवन है, निर्मलता में ही अकाल पुरख की प्रसन्नता है। उसकी कुदरत को निर्मल रखना ही उसकी 'रजा' एवं उसके 'हुक्म' का पालन करना है।

इस प्रकार गुरबाणी मनुष्य को पर्यावरण-प्रदूषण विशेषत: जल-प्रदूषण के प्रति चेतावनी देकर जागरूक करती है एवं इस समस्या से निपटने का कारगर हल सुझाती है।

वातावरण समतोल के प्रमुख कारक : वृक्ष

*-डॉ. मनजीत कौर**

जीवन में सन्तुलन का अत्यधिक महत्व है। भारतवर्ष की हज़ारों वर्षों से यह मान्यता रही है कि प्रकृति के साथ सन्तुलन बनाए रखा जाए। जीवन में जब पर्यावरण से सामंजस्य टूटता है तब विषमता पैदा होती है। आज हमारा देश ही नहीं अपितु सारा संसार पर्यावरण प्रदूषण की समस्या से ग्रसित है। वर्तमान में प्रकृति की प्रत्येक वस्तु यहां तक कि जल, वायु, भूमि सब कुछ प्रदूषण से विषाक्त बनता जा रहा है। आये दिन कल-कारखानों से निकलने वाले प्रदूषित पदार्थ, परमाणु संयंत्रों का अत्यधिक प्रयोग, जलाशयों में कारखानों से निकले प्रदूषित पदार्थों का मिलना आदि दिनो-दिन वातावरण को प्रदूषित करते जा रहे हैं।

संयुक्त राष्ट्र संघ और विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा पर्यावरण की सुरक्षा के लिए बार-बार चेतावनी दी जा रही है। प्रतिवर्ष ५ जून को 'विश्व पर्यावरण दिवस' के रूप में मनाया जाता है, फिर भी पर्यावरण असंतुलन बढ़ता ही जा रहा है।

सामंजस्य के बिना सही जीवन की कल्पना ही नहीं हो सकती। जैसे कोई गाड़ी चला रहा है, जरा-सा बैलेंस बिगड़ा नहीं कि दुर्घटना घट जाती है और कई बार तो इसके बहुत ही गंभीर और दुखद परिणाम देखने को मिलते हैं।

हर समस्या के पीछे कोई विशेष कारण होता है। आओ! विचार करें कि पर्यावरण प्रदूषण का प्रमुख कारण क्या है? चिंतकों के चिंतनानुसार आज का भौतिकवादी और यान्त्रिक सभ्यता का पक्षपाती मनुष्य ही इसका प्रमुख जिम्मेवार है। मानव की तृष्णा, लालची प्रवृत्ति, असंयमित जीवन, इच्छाओं का अति विस्थार ही इस समस्या रूपी अग्नि में घी का काम करता है।

एक दार्शनिक के शब्दों में आज हम जो कुछ भी हैं, अपने पूर्वजों के प्रयासों के परिणामस्वरूप हैं तथा विगत पीढ़ी का ऋण चुकाने का एकमात्र उपाय यह है कि हम उसका लाभ उस पीढ़ी तक पहुंचाएं जो अभी तक पैदा नहीं हुई। इस अवधारणा का व्यवहारिक रूप है लाभप्रदता का अर्थ तत्कालिक संतुष्टि नहीं, बल्कि अन्ततः दीर्घकालीन नियोजन।

इस सन्दर्भ में एक घटना याद आती है जब किसी नौजवान ने एक बुजुर्ग से सवाल किया जो कि फलों का पेड़ लगा रहा था। प्रश्न यह था कि, "बाबा! आपकी उम्र क्या है?" जवाब था, "लगभग ८० वर्ष।" दूसरा सवाल, "और यह जो पेड़ आप लगा रहे हो वह फल कब तक देंगा?" जवाब था, "यही कोई ८-१० वर्ष में।" "तब बाबा आप कहां होंगे?" बाबा ने बड़ी सहजता से इस प्रश्न का जवाब दिया "बेटा! मैंने जीवन भर जो रसीले फल खाये हैं वे पेड़ मैंने नहीं, मेरे बुजुर्गों ने ही लगाए थे। अगर वे भी ऐसा ही सोचते तो मुझे इतने स्वादिष्ट फल खाने को कदाचित न मिलते।"

अतः बहुतायत से हमारी स्वार्थ प्रकृत्ति ने सारा सामंजस्य बिगाड़ा है। पर्यावरण प्रदूषण के

**२/१०४, जवाहर नगर, जयपुर (राजस्थान)-३०२००४, फोन ०१४१-२६५०३७०*

भी अनेक कारण हैं लेकिन प्रमुख कारण है निरंतर पेड़ों एवं वनों की बे-रोकटोक अंधाधुंध कटाई और इसी के कारण हरियाली का अभाव। जहां हरियाली का अभाव होगा वहां खुशहाली कैसी?

वस्तुतः वातावरण समतोल के प्रमुख आधार वृक्ष ही हैं। यही हमारे शुभचिंतक और कल्याणकारी मित्र हैं। न जाने निज स्वार्थ हेतु मनुष्य इतना क्यों गिर जाता है! अपनी भौतिक भूख को शांत करने हेतु वृक्षों की अंधाधुंध कटाई करने लगा है। परिणामस्वरूप प्रकृति का सन्तुलन बिगड़ता ही जा रहा है और इसके घातक परिणाम हमारे समक्ष हैं। समय रहते इस समस्या का समाधान न किया गया तो वह दिन दूर नहीं जब इसका विकराल रूप सम्पूर्ण मानव जाति को ही निगल जायेगा। अतः स्पष्ट है कि वृक्षों तथा वनों का कटाव रोक कर बहुत हद तक पर्यावरण प्रदूषण रोका जा सकता है।

'पर्यावरण और सनातन दृष्टि' के लेखक श्री छगन मेहता ने इस सन्दर्भ में अपने सुंदर विचार व्यक्त किए हैं। पर्यावरण किसी भी स्तर पर हमारा शत्रु नहीं है, बल्कि उसमें तमाम स्तरों पर प्राणी और पदार्थों की पारस्परिक निर्भरता एक सामंजस्यपूर्ण संसार है। उसके साथ सन्तुलन बनाये रखने से ही मनुष्य सुखी, शांत और सन्तुष्ट रह सकता है। इसके लिए प्रकृति अथवा पर्यावरण का शोषण, दमन और उपभोग करने की अपेक्षा उससे सहयोग और उसका उपयोग करना ही भारतीय दृष्टि से पर्यावरण के साथ सहज और स्वाभाविक सम्बंध की स्थापना करना है। हमारी दृष्टि यह है कि समस्त जगत जगदीश्वर का शरीर है, हम सब उसमें विभिन्न घटक के रूप में जी रहे हैं। गुरबाणी की पावन पंक्तियां भी इसी भाव को दृढ़ कराती हैं, यथा :

इहु जगु सचै की है कोठड़ी सचे का विचि वासु ॥ *(पन्ना ४६३)*

प्राकृतिक संतुलन बनाये रखने हेतु वनों तथा वृक्षों से हरी-भरी धरती का होना नितांत आवश्यक है। इस तथ्य को आज सारी दुनिया मानती है। उस कुदरत ने हमें बहुत कुछ दिया है तो हमारा भी नैतिक कर्त्तव्य बनता है। हम भी तो कुछ देना सीखें। इस सन्दर्भ में पेड़ों का सुंदर उदाहरण देकर कवि ने मानवता को प्रेरित किया है :

बिन अभिमान पेड़ देते हैं,
बीज, फूल, फल, ठण्डी छाया।
ये दधीचि वन हर युग में,
न्यौछावर कर देते हैं काया।
मौसम चाहे जैसा भी हो,
तरू की तरह निखरना सीखें।
कुदरत हमको रोज सिखाती,
जग हित में कुछ करना सीखें।
अपने लिए सभी जीते हैं,
औरों के लिए मरना सीखें।

दोहन और शोषण उपयोग तथा उपभोग के बुनियादी अंतर को समझते हुए अगर एक वृक्ष को काटना हमारी ज़रूरत है तो दो वृक्ष लगाना हमारा नैतिक कर्त्तव्य भी बन जाता है।

इस संदर्भ में सत् साहित्य हमारा मार्ग-दर्शन करता है। राष्ट्रकवि मैथिलीशरण 'गुप्त' ने 'देश-भक्ति काव्य' में क्या खूब लिखा है :

हम कौन थे? क्या हो गये हैं?
और क्या होंगे अभी?
आओ, विचारें आज मिलकर,
ये समस्याएं सभी।

एक समय था जब लोगों ने पेड़ों के लिए सिर धड़ से अलग करवा दिए थे। यह घटना

लगभग २५० वर्ष पूर्व की है। जब जोधपुर रियासत के राजा किले का निर्माण करवा रहे थे, चूना पकाने के लिए लकड़ी की बहुत आवश्यकता थी। राजा के मंत्री ने सलाह दी कि खेजड़ली गांव में खेजड़ी के बहुत पेड़ हैं, वहां से पेड़ों की कटाई की जा सकती है। राजा के आदेशानुसार खेजड़ी गांव में वृक्षों की कटाई शुरू हो गई। यह आवाज सुन इमरती बाई तेजी से वहां पहुंची और पेड़ों से लिपट गई। मना करने पर भी मंत्री ने आदेश दे दिया, इसे भी वृक्ष के साथ काट दो। यह बात जंगल की आग की तरह सारे गांव में फैल गई। सैंकड़ों स्त्री-पुरुष आकर वृक्षों से लिपट गए। वहां लाशों के ढेर लग गए। धरती खून से रंग गई। इस घटना का पता जब राजा को लगा तो वह स्वयं वहां आया। उसने स्वयं को गुनहगार मानते हुए क्षमा-याचना की। साथ ही आदेश दे दिया कि कोई भी इस गांव से वृक्ष नहीं काटेगा। बलिदान-स्थल पर एक स्मारक भी बनवाया गया है, जहां प्रति वर्ष भाद्र मास में 'वृक्ष-मेला' लगता है। विश्व का यह एक मात्र 'वृक्ष मेला' है और वहां के लोग आज भी यही मानते हैं:

सिर सांटे रुंख रहे, तो भी सस्ता जान।

अर्थात् सिर कटवा कर भी वृक्ष बच जायें तो भी सस्ता सौदा समझो।

गुरबाणी में वातावरण चेतना की हमें अनेक मिसालें मिलती हैं। वातावरण समतोल के प्रमुख कारक वृक्ष हैं, इसमें कोई अतिश्योक्ति नहीं है। अन्य धर्मों की तरह सिख धर्म में वृक्षों की पूजा नहीं की जाती और न ही गुरबाणी अवतारवाद का समर्थन करती है। वृक्षों की पूजा का विधान गुरबाणी में नहीं है फिर भी प्रकृति-प्रेम की झलक यत्र-तत्र दृष्टिगत होती है। अनेक गुरुद्वारों के नाम वृक्षों के नाम से ही सुशोभित हैं। इससे बड़ा प्रकृति-प्रेम का उदाहरण और क्या हो सकता है?

उदाहरणतया : गुरुद्वारा बेर साहिब, टाहली साहिब, जंड साहिब, किक्कर साहिब, झाड़ साहिब, अंब साहिब, रीठा साहिब, दुखभंजनी साहिब, बेरी साहिब, पिपली साहिब, टाहलीआणा साहिब, बेर बाबा बुड्ढा जी, तूत साहिब आदि-आदि।

यही नहीं गुरुद्वारा साहिब में हरे-भरे पड़े-पौधे, सुंदर-सुगन्धित फूल-पत्तियों से सुसज्जित गमले, पवित्र वातावरण में चार चांद लगाते हैं। हरी-भरी बेलें, उन पर खिले फूल पर्यावरण को सुवासित कर देते हैं और मनमोहक दृश्य साकार करते हैं।

साथ ही हरी-भरी दूब के महत्व को दर्शाते हुए गुरुद्वारा परिसरों में कई जगह हरी-भरी घास, जो विनम्रता की भी प्रतीक है, वह भी पर्यावरण-स्वच्छता का उदाहरण प्रस्तुत करती है।

रहीम जी ने भी खजूर वृक्ष का उदाहरण देकर इसी भाव को दृढ़ करवाया है :

बड़ा भइया तो किआ भइआ, जैसे पेड़ खजूर।
पंथी को छाइआ नहीं, फल लागे अति दूर ॥

वस्तुतः यह गुरु नानक साहिब की बाणी का पावन संदेश समर्थ होते हुए भी अभिमान न करने की प्रेरणा देता है, क्योंकि श्री गुरु नानक देव जी की बाणी का फरमान है :

मिठतु नीवी नानका गुण चंगिआईआ ततु ॥
(पन्ना ४७०)

कवि रविंद्रनाथ टैगोर ने एक बार कहा था कि "वृक्ष को भूमि से अलग करना, उसकी स्वतन्त्रता नहीं बल्कि मृत्यु है।" श्री विनोबा भावे ने वृक्षों का महत्व प्रतिपादित करते हुए "वन महोत्सव" प्रोग्राम प्रारंभ करने का पुनीत

(शेष पृष्ठ ६० पर)

पर्यावरण प्रदूषण : वर्तमान स्थिति एवं समाधान

-डॉ मीना रानी, प्रो रणजीत सिंघ***

परमात्मा ने मनुष्य को विश्व का सबसे अधिक चिन्तनशील व प्राकृतिक तौर पर अनूठी आकृति बनाया है। प्रकृति ने जीव-जंतु, वनस्पति, वायु व खनिज पदार्थ उसकी सुख-सुविधा के लिए बनाए हैं, किन्तु पर्यावरण की यह संरचना मनुष्य की अपनी असंतुलित कार्य-प्रणाली के कारण दूषित होती जा रही है। प्रकृति द्वारा प्रदत्त आयामों की रचना करने से पर्यावरण की स्वच्छता कायम रह सकती है, किन्तु मनुष्य जिसे हम परमात्मा की अद्वितीय रचना मानते हैं, ने अपने स्वार्थों की पूर्ति हेतु प्रकृति के साथ बहुत छेड़छाड़ की है। फलत: आज विश्व, प्रदूषण की जिस विकराल समस्या से जूझ रहा है वह मानव के अपने कुकृत्यों की ही देन है। इसकी विभीषिका से जन-जीवन तहस-नहस हो बीमारियों का पर्याय बन गया है। धरती का कोई भी जीव इसके घातक प्रभावों से स्वयं को बचा नहीं सकता।

मनुष्य ने प्रकृति के आयामों के साथ छेड़छाड़ करने का दु:साहस किया है। भौतिकवादी विकास की होड़ में वह अंधाधुंध प्राकृतिक खजाने को नष्ट कर रहा है। भौतिकता की चकाचौंध और चमत्कारिक प्रवृत्ति ने पानी के स्रोतों, हवा, उपजाऊ जमीन इत्यादि को प्रदूषित कर विषैला बना दिया है। प्रदूषण के प्रकोप के कारण जीवों व वनस्पति की कई प्रजातियां विलुप्त हो गई हैं। अगर प्रदूषण पर अब भी नियन्त्रण न रखा गया तो आगत समय में मनुष्य के अस्तित्व को विलुप्त होने से कोई नहीं बचा सकेगा।

पर्यावरण प्रदूषण के चाहे अनेकों घटक हैं लेकिन इस बात से कोई इंकार नहीं कर सकता कि उन सभी घटकों की जननी कालांतर में निरंतर हो रही जनसंख्या में वृद्धि है। आज भारत की ही जन्म-दर बढ़कर प्रति हजार ३७.१ हो गई है। वर्तमान जनसंख्या विस्फोट विश्व की सबसे ज्वलंत समस्या है। मानव-जीवन की दृष्टि से पर्यावरण की समस्या वर्तमान में सर्वप्रमुख है। भविष्य में इसके प्रकोप से बचना अति दुष्कर होगा। समूचा विश्व प्रदूषण पर नियंत्रण पाने के लिए अनेक संगोष्ठियों व अभियानों का गठन करता है, किन्तु जिस अनुपात में सफलता की आशा की जाती है, वह मिलती नहीं है।

अनियोजित ढंग से हो रही जनसंख्या बढ़ोत्तरी के कारण प्रकृति पर इसका प्रतिकूल प्रभाव पड़ता जा रहा है। इसका सबसे ज्यादा खतरा हमारे ही अस्तित्व को है, मगर फिर भी हम कोई कसर नहीं छोड़ते प्रकृति के नियमों के खिलाफ जाने की। अपने व्यक्तिगत हितों की पूर्ति के लिए अपनी राष्ट्रीय सम्पदा प्राकृतिक पर्यावरण को नित्य-प्रतिदिन विषैला बनाते जा रहे हैं। इस बात से भली-भांति अवगत होने पर भी कि प्राकृतिक पर्यावरण की स्वच्छता ही हमारा जीवन-आधार है, उसको नित्य-प्रति अति

**प्रवक्ता, हिन्दी विभाग, मोदी कालेज, पटियाला। मो ९९८८७-३०२५४*

***प्रवक्ता, लोक प्रशासन विभाग, जी टी बी कालेज, भवानीगढ़ (संगरूर)। मो ९८८८५-८२५३८*

विषैला बनाते जा रहे हैं। प्राचीन भारत का राजा अपने राज्याभिषेक पर कुदरती वातावरण की स्वच्छता के लिए वचनबद्ध हुआ करता था, लेकिन आज के नेता वायदे तो बहुत करते हैं लेकिन उसे आम तौर पर अमली जामा नहीं पहनाते।

मनुष्य समय और दूरी पर बहुत हद तक विजय पा चुका है, किन्तु अपनी ही लक्ष्यविहीन यात्रा को वह नहीं भांप पाया। पर्यावरण के प्रति उसकी अनुशासनहीनता और बेरहमी एक बड़े विध्वंस की सूचक है। हमारे घृणित कार्यों के कारण कालांतर में पैदा हो रहे परिणामों के लिए हमारी आगत पीढ़ी हमें कभी माफ नहीं करेगी। उनकी 'अवहेलना' को हमें झेलना पड़ेगा। हमारे द्वारा जनसंख्या वृद्धि पर नियंत्रण न होने के कारण पर्यावरण रूप नष्ट होता जा रहा है। प्रतिवर्ष ६० लाख हैक्टेयर्स उपजाऊ भूमि शुष्क और अनुपयोगी होकर रेगिस्तान में बदल रही है। प्रति वर्ष ११० लाख वनों को नष्ट कर दिया जाता है। इस भू-भाग को अधिकतर किसान प्रयोग करते हैं, मगर वह कृषि के लिए व आजीविका के लिए बेकार है। यूरोप की तेज़ाबी वर्षा ने वहां के नदी-नालों व अन्य प्राकृतिक स्रोतों को विध्वंस कर दिया है। जीवाश्मिक ईंधन के दहन की वजह से पर्यावरण में कार्बनडाईआक्साइड की मात्रा बढ़ रही है। विश्व का तापमान धीरे-धीरे बढ़ता ही जा रहा है, परिणामत: आज चमड़ी के कैंसर जैसी बीमारियां पनप रही हैं। आने वाली शताब्दी के प्रारंभ में 'ग्रीन हाऊस प्रभाव' औसतन से इतना बढ़ जाएगा कि मानव-जीवन पर इसका घातक प्रभाव पड़ेगा, धरती पर प्रलय आ जाएगी। कहीं पर अतिवृष्टि के कारण बाढ़ आएगी और कहीं अनावृष्टि के कारण सूखा पड़ जाएगा। उड़ीसा का भूकंप, बिहार की बाढ़, सुनामी और गुजरात के भूकम्प के भयानक दृश्य अभी भी हमारी आंखों के समक्ष तांडव नाच कर रहे हैं। फिर भी मनुष्य की लापरवाही पृथ्वी के सुरक्षा कवच 'ओजोन' को नुकसान पहुंचा रही है। दिन-प्रतिदिन उद्योगों से रिसने वाले घटकों से ओजोन संक्षारित हो रही है। फलत: पर्यावरण के असंतुलन के कारण पीलिया, हैजा, मलेरिया, डेंगू व लाइलाज बीमारी कैंसर अपने पैर पसार रही है। उद्योगों की ही वजह से खाद्य-शृंखला व भू-जल विषैला, अति विषैला होता जा रहा है। इसका मुख्य कारण ही जनसंख्या में लगातार बढ़ोत्तरी है।

उपर्युक्त तथ्यों के आधार पर निर्विवाद रूप से कहना होगा कि द्रुत गति से बढ़ रही जनसंख्या के पोषण के लिए अनाज, वनस्पति, मकान, कपड़ा; रसोई के लिए ईंधन, खाद्य-पदार्थ, कल-कारखाने, वाहन घर-दफ्तर के लिए फर्नीचर व दाह-संस्कार के लिए लकड़ी की आवश्यकता होगी। इन सबकी पूर्ति निश्चय ही प्राकृतिक वातावरण पर प्रतिकूल प्रभाव छोड़ेगी। फलस्वरूप पर्यावरण का दूषित होना भी अति अवश्यंभावी है। बढ़ती जनसंख्या के कारण संसाधनों में हो रही रिक्तता, वृक्षों की अंधाधुंध कटाई, प्रदूषण के प्रकृति के प्रत्येक क्षेत्र में फैलने के कारण जलवायु में भारी परिवर्तन हो रहे हैं। प्रदूषण को रोकने के लिए हमें जनसंख्या वृद्धि पर भी नियंत्रण करना होगा। समाज में जनसंख्या वृद्धि-दर को रोकने के लिए अभिवृत्ति विकसित करना वांछित है। शैक्षिक संस्थाओं द्वारा पर्यावरण संबंधी बच्चों को तथा अन्य वर्गों को शिक्षा देना अनिवार्य है। इसके अलावा प्रदूषण-नियंत्रण के लिए सौर ऊर्जा, बायोगैस, धूम्र रहित चूल्हे, पवन चक्की, उन्नत

शव दाह-प्रणाली को प्रोत्साहित करके समाज को जागृत करना होगा। उनकी सक्रिय भागीदारी पर्यावरण-स्वच्छता में अहम कदम होगी। 'जनसंख्या शिक्षा' और 'पर्यावरण शिक्षा' द्वारा समाज में जागृति लाकर पर्यावरण के संदर्भ में प्राचीन सामाजिक और धार्मिक मान्यताओं को गर्व और निष्ठा से अपनाया जा सकता है, चूंकि हमारी संस्कृति का मूल स्तर ही प्रकृतिवदन रहा है। जनसंख्या में लगातार हो रही बढ़ोत्तरी को नियंत्रित कर हम परमात्मा द्वारा प्रदत्त मनुष्य-जाति के पृथ्वी लोक पर बसे स्वर्ग को बचाकर सम्पूर्ण धरती की वनस्पति व अन्य प्रजातियों के जीवन के संरक्षक बन सकते हैं। आज जब हरेक विषय और हरेक क्षेत्र पर्यावरण की बात से अछूता नहीं रहा तो इसे बचाने के लिए हमारा ज्ञान अभी भी सीमित है। पर्यावरण पर गुणात्मक प्रभावों के बारे में जानने की अभी भी बहुत आवश्यकता है। जनसंख्या बढ़ोत्तरी से पैदा हो रहे कुप्रभावों से बचने के लिए प्रत्येक देश को उचित कानून बनाने और उन्हें सख़्ती से लागू करने की भी ज़रूरत है।

वातावरण समतोल के प्रमुख कारक : वृक्ष

(पृष्ठ ५७ का शेष)

कार्य किया।

वृक्षों का जीवन में बहुत महत्व है। हमारे आधुनिक जीवन हेतु विविध प्रकार की लकड़ियों के यही स्रोत हैं। कितने ही उद्योग-धंधे इन पर निर्भर हैं। जंगल अनेकों पशुओं तथा पक्षियों के आश्रयदाता हैं और सबसे प्रमुख तथ्य वृक्ष प्राणवायु आक्सीजन छोड़ते हैं, जो मानव-जीवन के लिए बहुत ही महत्वपूर्ण है तथा खुद कार्बनडाईआक्साइड ग्रहण करते हैं, जिससे वातावरण स्वच्छ और निर्मल होता है।

गुरबाणी में श्री गुरु नानक देव जी ने समूची प्रकृति को उस अकाल पुरख की आरती करते हुए दिखा कर प्रकृति-प्रेम का विस्मादी उदाहरण प्रस्तुत किया है, यथा:

गगन मै थालु रवि चंदु दीपक बने तारिका मंडल जनक मोती ॥
धूपु मलआनलो पवणु चवरो करे सगल बनराइ फूलंत जोती ॥ *(पन्ना १३)*

यही नहीं श्री गुरु नानक देव जी अपनी प्रमुख बाणी "आसा की वार" में भी वृक्षों को जीवन्त रूप मानते हुए उसी परवरदिगार की रचना का एहसास जीवों को करवा रहे हैं, यथा:

पुरखां बिरखां तीरथां तटां मेघां खेतांह ॥
दीपां लोआं मंडलां खंडां वरभंडांह ॥
(पन्ना ४६७)

गुरु जी सभी में उसी की ज्योति को देखते हुए कुदरत पर बलिहार जाते हैं :

बलिहारी कुदरति वसिआ ॥
तेरा अंतु न जाई लखिआ ॥ *(पन्ना ४६९)*

आओ! गुरबाणी आशयानुसार जीवन बनायें, प्रकृति से प्रेम करें, वृक्ष लगायें, सारे वातावरण को सुगन्धित और सुवासित बनायें। सर्वत्र के भले की कामना अगर हृदय में होगी तो भावी पीढ़ी के लिए हमारा जीवन प्रेरणास्रोत होगा। बच्चे वृक्षों को माता-पिता की तरह मान-सम्मान दें तथा बड़े वृक्षों का बच्चों की तरह पालन-पोषण करें, इसी भाव में समूची मानवता का हित निहित है।

हमारा सुरक्षा छाता ओज़ोन परत

*-स. रणजीत सिंघ 'टल्लेवाल'**

कुदरति दिसै कुदरति सुणीऐ कुदरति भउ सुख सारु ॥ *(पन्ना ४६४)*

उपर्युक्त कथन के अनुसार मनुष्य जाति और मानवी समाज के इस धरती गृह पर रख-रखाव के लिए प्रकृति के पास बहुमूल्य भंडार है। प्रकृति के साथ जुड़ कर और इसके भय में रह कर इसके प्राकृतिक नियमों के अधीन चल कर मनुष्य अच्छा जीवन व्यतीत कर सकता है, परंतु अपनी व्यक्तिगत, पदार्थवादी तथा लालच भरी रुचि के कारण मनुष्य प्रकृति की तरफ से दिये बहुमूल्य साधन वायु, जल, धरती की भीषण क्षति किये जा रहा है, प्राकृतिक सैटअप के साथ छेड़छाड़ और हस्तक्षेप कर रहा है। आज स्थिति यह बन गई है कि समस्त जैविक कायनात के लिए खतरा पैदा हो गया है। जहां वातावरण निरंतर प्रदूषित होता जा रहा है वहां हमारे लिए बना प्राकृतिक सुरक्षा छाता ओज़ोन परत पतली पड़ रही है, इसमें छिद्र हो रहे हैं, यह क्षीण हो रही है। ओज़ोन परत का क्षीण होना हमारे लिए अति घातक है।

प्रारंभ में धरती अब से काफी बड़ी और तासीर में ठंडी थी और वायुमंडल से भी वंचित थी। इसके सिकुड़ने, छोटी और गर्म होने के कारण इसमें से गैसों के निकास के साथ वायुमंडल अस्तित्व में आया। पहले पहल जलवाष्प, हीलियम, मीथेन, अमोनिया और हाईड्रोजन गैसें पैदा हुईं जो अति गर्म थीं। बाद में जलवाष्प और अमोनिया की परस्पर निरंतर क्रिया से नाईट्रोजन गैस बन गई। दूसरों पर भोजन के लिए निर्भर जीवों (पर-आहारी) और अपना भोजन आप बनाने वाले जीवों (स्व-पोषित) की उत्पत्ति और विकास के साथ वायुमंडल में मुक्त आक्सीजन पैदा हो गई। मुख्य रूप से नाईट्रोजन ७८ प्रतिशत, कार्बनडाईआक्साईड ०.०३ प्रतिशत, दूसरी क्रिया और क्रियाशील गैसें ०.०७ प्रतिशत और जलवाषपों के अस्तित्व के कारण प्राकृतिक वायुमंडल अस्तित्व में आया। वायुमंडल में जल-वाष्पों की प्रतिशत मात्रा बढ़ती और कम होती रहती है।

प्राकृतिक रूप से गैसों की प्रतिशत मात्रा के कारण वायुमंडल के चार क्षेत्र टरपोस्फीयर (परिवर्तित वायुमंडल), स्ट्रेटोस्फीयर (समताप वायुमंडल), मीजोस्फीयर (मीजो मंडल), थर्मोस्फीयर (ताप वायुमंडल) हैं। ऊंचाई के साथ-साथ वायु की रचना भी बदलती रहती है। ओज़ोन परत समताप वायुमंडल के मध्य में स्थित है। धरती की ऊपरी तह से लगभग १६ किलोमीटर की ऊंचाई पर सूर्य की किरणों के ताप के प्रभाव के कारण आक्सीजन गैस (O_2) ओज़ोन गैस (O_3) में बदल जाती है। २३ किलोमीटर की ऊंचाई तक ओज़ोन गैस की मात्रा बढ़ती रहती है। इस ऊंचाई पर ओज़ोन गैस की परत सबसे मोटी होती है; सौर वायुमंडल में यहां इसकी मात्रा ०.०४ प्रतिशत होती है।

सभी जीवित (जैविक) वस्तुओं के लिए ओज़ोन गैस की परत बहुत ही महत्वपूर्ण है। यह परत सूर्य की पराबैंगनी विकिरणों (ultra violet

radiations) को सोख अथवा जज़्ब कर लेती है। पृथ्वी पर रहती जैविक वस्तुओं और वातावरण आदि पर पराबैंगनी विकिरणों का बहुत ही घातक प्रभाव पड़ता है। ओज़ोन गैस की परत ही इन किरणों के घातक प्रभावों से हमारी रक्षा करती है।

परंतु खेद कि हमारा यह सुरक्षा-छाता नष्ट हो रहा है। मनुष्य की कई प्राकृतिक और वातावरण-विरोधी क्रियाओं/गतिविधियों के कारण जैसे वनों की कटाई, ग्लोबल वार्मिंग, औद्योगीकरण, शहरीकरण, आबादीकरण, कलाईमेट चेंज, वायु, जल, धरती के प्रदूषण, पथराट ईंधन (कोयला और पैट्रोल) के अधिकतर प्रयोग के कारण ग्रीन हाऊस गैसों (कार्बनडाईआक्साईड, मीथेन, जलवाषप) आदि में वृद्धि होने के कारण ओज़ोन परत में छिद्र हो रहे हैं। एरोसलज, कलोरो-फलोरो कार्बनज़ (३६३) वायुमंडल में ओज़ोन के साथ क्रिया करके इसको समाप्त कर रहे हैं जिस कारण पराबैंगनी किरणों का घातक प्रभाव हम पर पड़ रहा है। इन किरणों की तरंग लंबाई बहुत ही कम होती है। ये हमारे शरीर में काफी गहराई तक प्रवेश कर जाती हैं और हमारे शरीर के भीतर के महत्वपूर्ण कार्बनी अणुओं को नष्ट कर देती हैं, जिस कारण मनुष्य को आंखों के रोग, जैसे मोतिया, चमड़ी का कैंसर और रसौलियां आदि रोग लग जाते हैं।

ओज़ोन परत की सुरक्षा के लिए यू. एन. ओ. की तरफ से १६ सितंबर को विश्व ओज़ोन दिवस घोषित किया गया है इसलिए कि ओज़ोन परत के रख-रखाव के लिए ठोस प्रयत्न किये जाएं और जन-साधारण को इसके बारे में जागरूक किया जाए। समस्त विश्व के लगभग सभी वैज्ञानिक इस परत के नष्ट होने के बारे में चिंतित हैं। परत के घातक एरोसैल के विकल्प को खोजने के प्रयास जारी हैं इसलिए कि यह परत सुरक्षित रह सके।

ओज़ोन परत की सुरक्षा हमारी सुरक्षा है। हर प्रकार के प्रदूषण की रोकथाम, अधिक से अधिक पौधे लगा कर उनकी संभाल करना, परिवहन के व्यक्तिगत साधनों की जगह सामूहिक रूप से पब्लिक परिवहन के साधन प्रयोग करके, कम दूरी पर जाने के लिए साईकिल का प्रयोग करके या पैदल चल कर पथराट ईंधनों का प्रयोग कम करके, ऊर्जा के नये उचित साधनों का प्रयोग करके हम सभी सामूहिक रूप से ओज़ोन परत की सुरक्षा के लिए योगदान डाल सकते हैं। आओ, अपने सुरक्षा-छाते ओज़ोन परत के रख-रखाव के लिए प्रण करें और व्यवहारिक कदम भी उठायें।

गुरु नानक साहिब का संदेश

त्याग दिया है मानवता को, अंधियारे परिवेश ने।
छला सभी को बेरहमी से, ठग साधू के भेष ने।
आशा की लेकिन उपजी थी एक किरण सुखदायी,
राह दिखाई गुरु नानक साहिब के संदेश ने।

-डॉ. रघुनंदर चिल्ले, २३२, मागंज वार्ड नं. १, दमोह (म. प्र.)-४७०६६१

जीवन की रेखा : ओज़ोन परत

*–स. जसपाल सिंघ**

धरती के तल से १५ किलोमीटर से लेकर ३० किलोमीटर तक वायुमंडल में ओज़ोन परत है। वास्तव में ओज़ोन परत भीतर की ओज़ोन ऑक्सीजन के तीन अणुओं से मिलकर बनी होती है। इस ओज़ोन का रंग नीला होता है और इसकी गंध तीव्र होती है, परंतु साधारण ऑक्सीजन गैस रंगहीन और गंधहीन होती है और यह ऑक्सीजन के दो अणुओं से मिल कर बनी होती है। धरती के इर्द-गिर्द चारों ओर गोलाकार रूप वाली यह ओजोन परत धरती पर रह रही हरेक ज़िंदगी को सूर्य की हानिकारक पराबैंगनी किरणों से बचाती है। इसलिए यह हम सभी के लिए परोपकारी है और इसकी छत्रछाया की सख़्त आवश्यकता है। इसकी संभनता कायम रखनी चाहिए और धरती पर स्वर्ग से भी सुंदर जीवन को बचाए रखना चाहिए।

सूर्य की पराबैंगनी किरणें पर्याप्त मात्रा में धरती पर पहुंच रही हैं, जहां से यह परिणाम निकलता है कि ओज़ोन परत में जगह-जगह छिद्र होते जा रहे हैं। ओज़ोन परत में एक बहुत बड़ा छिद्र बना हुआ है, जिसको ओज़ोन छिद्र के नाम से जाना जाता है। सन् १९७० में एंटराक्टिका के क्षेत्र में ब्रिटिश एंटराक्टिका सर्वे (B. A. S.) के माध्यम से ज्ञात हुआ कि ओज़ोन परत की घनता कम हो रही है और ऐसा ही एक छिद्र सन् १९८० में देखा गया था। सूर्य की किरणों में से निकलने वाली पराबैंगनी किरणें इस बने छिद्र में से गुजर कर धरती पर पहुंचती हैं। यदि ऐसा होता है तो ये किरणें मनुष्य की त्वचा पर पड़ने से चमड़ी का कैंसर हो सकता है और धरती पर पैदा होने वाली फसलों की भीषण क्षति हो सकती है। ओज़ोन परत में ऐसे छिद्र उत्तरी अमेरिका, यूरोप, एशिया, अफ्रीका, आस्ट्रेलिया और दक्षिण अमेरिका के क्षेत्र में पाये गए हैं।

रेफ्रीजिरेटर, ए सी, विवाह-शादियों के समय झाग छोड़ने वाले पदार्थ कलोरो-फलोरो कार्बन छोड़ते हैं और ये पदार्थ ऊपर ओज़ोन परत के पास चले जाते हैं, जिससे सूर्य से आ रही पराबैंगनी किरणों की विद्यमानता में कलोरीन उत्पन्न होती है और यह कलोरीन ओज़ोन परत की समाप्ति करती है। कुछ रासायनिक पदार्थ जो कि सी एफ सी/कलोरो-फलोरो कार्बन के नाम से जाने जाते हैं, जब ये ओज़ोन परत के पास जाते हैं तो ये उस परत को क्षति पहुंचाते हैं। सी. एफ. सी. का एक अणु ओज़ोन के एक लाख अणुओं का विनाश करता है और यहां से ही हम इसके विनाश की गति का अनुमान लगा सकते हैं। भारत के मुकाबले कई विकसित देश यह कलोरो-फलोरो कार्बन दस गुणा छोड़ रहे हैं और ऐसे शक्तिशाली देश दूसरे देशों को नसीहतें दे रहे हैं। इससे होने वाली क्षति तो सभी देशों को सहन् करनी पड़ रही है। सन् १९७० में खोज करने वाले वैज्ञानिकों ने ओज़ोन परत पर सी. एफ. सी. के प्रभाव का निरीक्षण किया।

**वार्ड नं: २९/१६६, गली हज़ारा सिंघ, मोगा (पंजाब)।*

स्वीमिंग पूल, इंडस्ट्रीज़, समुद्री नमक और ज्वालामुखियों के फटने से कलोरीन मिलती है। यह पानी के साथ क्रिया करती है और फिर यह टरोपोस्फीयर में तीव्र गति के साथ चली जाती है। सी. एफ. सी. वर्षा में नहीं घुलती इसलिए इसको यहां से खत्म नहीं किया जा सकता। यह वायु के साथ ऊपरी परत स्ट्रैटोस्फीयर में चली जाती है।

यहां यह भी जिक्र करना आवश्यक है कि वृक्षों का निरंतर कटाव, फैक्टरियों से निकला अंधाधुंध धुआं, खेतों से आग लगाने का अमल भी वातावरण को प्रदूषण की तरफ धकेल रहा है और निरंतर वातावरण में कार्बनडाईआक्साईड की वृद्धि हो रही है। इर्द-गिर्द देखने से स्पष्ट झलकता है कि हमारे वातावरण, वायुमंडल और ओज़ोन परत की स्थिति कोई अधिक अच्छी नहीं है, इसलिए यह चिंता और फिक्र का विषय है। देश के चंद लोग जानते हैं कि यह हमारे लिए जीवन की रेखा है, इसके बिना सब व्यर्थ है, यह ओज़ोन परत है जो जीवन है।

अनुवादक : सुरिंदर सिंघ निमाणा

अजीत (पंजाबी) से धन्यवाद सहित।

वृक्ष की पुकार

*-श्री सुरेन्द्र कुमार अग्रवाल**

वृक्ष करे पुकार, मुझे मत काटो,
अपने रक्षक पर रहम करो।
मानव! तुम विवेक से काम लो।
मैं फल-पत्ते देकर,
समाज का करता हूं कल्याण।
शुद्ध हवा दे जीवन देता,
भोजन, औषधि, पुष्प देता,
मिट्टी की रक्षा कर छाया देता,
बादलों को निमंत्रण दे प्यास बुझाता।
मुझको समझो और सुख पाओ।
मुझ पर कुल्हाड़ी मत चलाओ।
तुम मेरे बिना जिंदा नहीं रह पाओगे।
मुझे मत काटो, वरना दुख पाओगे।
मुझमें प्राण हैं, चेतना है,
मैं सर्दी, गर्मी, वर्षा में अविचल रहता,
मुझमें असीम शक्ति-सामर्थ्य है।
एक छोटा बीज अक्षय वट बन जाता,
मुझमें गहराई है, गंभीरता है;
आंधी-तूफानों का करता हूं सामना।
सरबत्त के भले की करो कामना।
उन्नति, विकास और विस्तार करो।
मैं तुमसे हूं प्यार करता,
तुम भी मुझसे प्यार करो!
मेरे पास आने से मन प्रसन्न होता है।
मैं अरण्य संस्कृति का वंशज हूं,
कंकरीट के जंगल में मेरे जैसा सुख कहां?
मेरी महत्ता समझकर भूल सुधारो,
तभी मानव जाति का हित हो पायेगा,
वृक्ष करे पुकार, मुझे मत काटो।

*अग्रवाल न्यूज एजेन्सी, हटा (दमोह), म. प्र.-४७०७७५

भारतीय ग्रामों की वर्तमान पर्यावरणिक वस्तु-स्थिति

*-सुरिंदर सिंह निमाणा**

'पर्यावरण' अथवा 'वातावरण' एक व्यापक आधार से संबंधित अवधारणा है। न केवल मनुष्य-मात्र को ही बल्कि समस्त जीव-रचना, जिसमें वनस्पति भी शामिल है, पर्यावरण में ही अपना अस्तित्व रखते हुए क्रियाशीलता कायम रखती है। उसको पर्यावरण की परम आवश्यकता होती है। दूसरी ओर वह स्वयं भी पर्यावरण का अभिन्न अंग है। यदि यह कह दिया जाए कि पर्यावरण के बिना जीव-रचना की कल्पना ही नहीं की जा सकती तो इसमें कोई अतिश्योक्ति न होगी। परंतु हम यहां विचार को केवल अपने देश भारतवर्ष के ग्रामों की वर्तमान पर्यावरणिक वस्तु-स्थिति पर ही केंद्रित करने की सीमा में हैं।

वातावरण का वांछित रूप 'शुद्ध वातावरण' कहलाता है और इसके अनचाहे रूप को 'प्रदूषण' कहा जा रहा है। जब प्रदूषण की बात की जाती है तो प्राय: प्रचलित परंपरा के अनुसार नगर अथवा शहर के विशेष-प्रसंग में ही इसका उल्लेख होता है। इसका प्रमुख कारण यह है कि गत कुछ समय तक हमारे देश में अधिकतर नगर अथवा शहर ही प्रदूषण का शिकार होते आए हैं, परंतु अब कुछ समय से प्रदूषण का प्रहार नगरों अथवा शहरों के साथ-साथ ग्रामों, गामीणों अथवा ग्रामीण जीवन पर भी पड़ता हुआ काफी स्पष्ट रूप में दृश्टव्य हो रहा है। चाहे गत समय में भी ग्राम और ग्रामीण जीवन कुछ रूपों के प्रदूषण का शिकार रहा है जो रूप मात्रा और दर्जे में आज कम भी हुए हैं परंतु कुछ घटक अत्यधिक गंभीर चिंतन की मांग करते हैं। भारतीय ग्रामीण जीवन के विशेष परिप्रेक्ष्य में ग्रामीणों और ग्रामों के संबंधित अधिकारियों-कर्मियों का ध्यान आकर्षित करने और वर्तमान पर्यावरणिक वस्तु-स्थिति के साथ निपटने के लिए उनको क्रियाशील करने के आशय सहित कुछ एक घटकों और व्यवहारों का यहां संक्षिप्त एवं संकेत रूप में उल्लेख किया जा रहा है :

१. गेहूं की नरई और धान का पैरा जलाने का रुझान

हमारे किसान कृषि-विशेषज्ञों और कृषि विश्वविद्यालयों के प्रसिद्ध विद्वानों के निर्देशों की अवहेलना करके वर्ष में अधिकतर गेहूं और धान की कृषि को ही प्रमुखता दे रहे हैं। यह प्रचलन कुछ दशकों से निरंतर जारी है। इस प्रचलन के दूसरे नुकसानों को विचाराधीन लाना इस आलेख की परिधि में नहीं आता। यहां मात्र इन दोनों फसलों की कटाई-गहाई उपरांत गेहूं की नरई को और धान के पैरे को खेत में ही जला देने से उत्पन्न वस्तु-स्थिति पर चिंतन किया जा रहा है। यह व्यक्तिगत रूप अथवा दृष्टि से संबंधित किसान को नुकसानदेय प्रतीत नहीं होता बल्कि यह उसे सुगम और आर्थिक दृष्टि से फायदेमंद भी लगता है; इसका सामूहिक रूप से जन-जीवन को कितना नुकसान है, लगभग प्रत्येक किसान इसके बारे में प्राय:

**सहायक संपादक, गुरमति ज्ञान/गुरमति प्रकाश।*

जागृत नहीं है। यहां दो तरह के किसान हैं। एक वे जो अनपढ़ और सीधे-सादे होने के कारण जागृत ही नहीं हैं और दूसरे वे जो पढ़े-लिखे और ज्ञानवान तो हैं परंतु सुगमता और व्यक्तिगत लोभ उन्हें सामूहिक नुकसान करने के लिए प्रेरित कर रहा है। अत: दोनों तरह के किसानों को आवश्यकतानुसार जागृत और प्रेरित करना समय की मांग है।

पैरे को जलाने से हवा में सस्पेंडिड पार्टीकुलर मैटर (धूल के कणों) की मात्रा काफी बढ़ रही है। इससे लोगों में सांस की बीमारी, आंखों में एलर्जी होने का खतरा रहता है। पंजाब प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड (पीपीसीबी) की ओर से चालू साल में ही पिछले गेहूं सीजन के दौरान पैरा जलाने के समय कराए गए सर्वे से यह खुलासा होता है। किसान आम तौर पर खेतों को साफ करने के लिए पैरे में आग लगा देते हैं। हालांकि इसे रोकने के लिए कानून बना है। लेकिन इस कानून को भी सरकार की ओर से सख्ती से लागू नहीं किया जा रहा है। इसी साल मई महीने में गेहूं सीजन के दौरान पीपीसीबी ने पैरे को जलाने से होने वाले प्रदूषण की मात्रा जानने के लिए सर्वे कराया था। . . . पंजाब के पांच महानगरों पटियाला, लुधियाना, जालंधर और बठिंडा में . . . हरेक शहर में सस्पेंडिड पार्टीकुलर मैटर (एसपीएम) की मात्रा तय सीमा से अधिक पाई गई है। लुधियाना के रिहायशी इलाकों में जहां २०० माइक्रोग्राम मीट्रिक क्यूब के तय पैमाने से एसपीएम ८९६ पाया गया है। . . . पटियाला में ७२२, बठिंडा में ७९९ और जालंधर में ८०० पाया गया है। इससे पर्यावरण सुरक्षा को खतरा हो रहा है। . . . लोगों में सांस की बीमारियां, आंखों में एलर्जी और दमा के मरीज को दमे की शिकायत और बढ़ने का खतरा पैदा हो गया है।

बढ़ रहा प्रदूषण

शहर	एसपीएम (माइक्रोग्राम प्रति मीट्रिक क्यूब)
लुधियाना	८९६
जालंधर	८००
बठिंडा	७९९
पटियाला	७२२

(विशेष रिपोर्ट, अमर उजाला, ३१ दिसंबर, २००८)

आज से कुछ दशक पूर्व किसान गेहूं की नरई की देसी ढंग से गहाई करते हुए गेहूं निकालने के साथ उसका भूसा प्राप्त किया करते थे जो उनके पशुओं का वर्ष भर का ठोस चारा बनता था। फिर थ्रेशरों अथवा गहाई-मशीनों का युग आया तो बहुत समय तक गेहूं का भूसा बनने का क्रम चलता रहा, परंतु अब कृषि का अत्यधिक मशीनीकरण होने पर बड़ी हारवेस्टर कंबाइनें आ जाने के कारण अधिकतर गेहूं की नरई खेत में ही छोड़ने और उसे आग लगाकर खत्म करने का रुझान एक व्यापक स्तर पर चल रहा है। प्रत्येक ग्राम के साथ लगती अनेकों एकड़ भूमि पर यही प्रचलन एक साथ चलने के कारण फसल कटाई के पश्चात के दिनों में चलता है और यह ग्राम की समूची फिज़ा को अत्यंत प्रदूषित कर रहा है। गांवों में निवास करने वाले ग्रामीण विशेष रूप से इस घटक से पीड़ित होते हैं। फिर हमारे भारतीय ग्रामों का सभ्याचार अथवा सामाजिक माहौल भी कुछ ऐसा है कि पीड़ित लोग संबंधित लोगों तक जो प्राय: अधिक साधन-संपन्न तथा धनवान होते हैं इसका जिक्र तक नहीं कर पाते और भारतीय ग्रामों के साधन-संपन्न लोग अथवा बड़े भूपति आज ग्रामों में प्रदूषण की वर्तमान चिंताजनक स्थिति के मुख्य रूप से जिम्मेवार कहे जा सकते

हैं। वैसे खेत में ही फसल को काटने के साथ उसकी नरई को भूसे में परिवर्तत करने वाली तकनीक भी आ चुकी है। सभी संबंधित कृषक यदि उसको उपयोग में लाएं तो रबी की फसल की प्रदूषित स्थिति में सुधार हो सकता है। यूं ही हमारे किसान धान के पैरे को दूसरे हरे चारे के साथ मिलाकर तथा खेत में जोतकर उसका खाद रूप में लाभ लेने से पैरे को आग न लगाने से सकारात्मक परिवर्तन ला सकते हैं।

२. कीटनाशक दवाइयों से उत्पन्न स्थिति

जहां पूर्व काल में बोई हुई फसल का पालन और इसकी वृद्धि के लिए नुकसानरहित देसी ढंग उपयोग में लाये जाते रहे हैं अब हमारे भारतीय ग्रामों में किसानों ने उनका या तो सर्वथा ही परित्याग कर दिया है या वे उनको बहुत ही कम प्रयोग में ला रहे हैं। गुडाई का श्रम मांगने वाला परंतु मीठे फल प्रदान करने अथवा फसल में उत्पादन की अत्यधिक वृद्धि करने वाले ढंग को अब हमारे किसानों ने जैसे भुला ही दिया है। हमारे किसान यह बात भूले हुए हैं कि जो कीटनाशक दवाइयां, कीटों का विनाश करती हैं ये उनके प्रभाव-क्षेत्र में आने वाले मनुष्यों का भी तो स्वास्थ्य बिगाड़ेंगी। अत्यधिक प्रयोग करने वाले किसानों अथवा उनके श्रमिकों को कीटनाशकों से अत्पन्न खतरनाक गैसों के प्रभाव से मृत्यु का ग्रास बनने के दुखदायक समाचार भी सुनने-पढ़ने को मिलते ही रहते हैं। कीटनाशकों के अत्यधिक प्रयोग से ग्रामीण लोग विशेषकर श्रमिक गुडाई के श्रम के अभाव से उत्पन्न स्थिति का भी सामना करते हैं, भले ही यह प्रत्पक्ष रूप में प्रदूषण से संबंधित कुप्रभाव नहीं है। जब धान के पौधों वाले खेत में काफी मात्रा में पानी जमा करके रखा जाता है और उसमें ऊंचे दर्जे वाले कीटनाशक अथवा घास-फूस नष्ट करने वाले विनाशक रसायणों को मिला दिया जाता है तो उससे जो गैस उत्पन्न होती है उससे संबंधित ग्राम का पूरा वातावरण ही दम घुटने वाला अथवा मानवी श्वास प्रणाली पर अपना बुरा प्रभाव डालने वाला बन जाता है। विज्ञापन के इस युग में विशेष ब्रांड के कीटनाशकों और खेती रासायणों का विज्ञापनों में सच्चा या झूठा इतना प्रचार किया जा रहा है कि उनको प्रयोग करने हेतु हमारे भारतीय कृषक तीव्र उत्सुकता दिखाने लगते हैं। अधिक फसलों को लेने के लालच में कीटनाशकों का अत्यधिक छिड़काव करना स्वाभाविक बन जाता है, जिससे वातावरण पलीत हो रहा है। धान की लगातार दो फसलें लेने का रुझान उन क्षेत्रों में है जहां पानी का अभाव नहीं है।

३. धूल की समस्या

भारतीय ग्राम धूल की समस्या की चपेट में हैं। ग्रामों में जो उपमार्ग अथवा पगडंडियां हैं जो कृषि में उपयोग में आने वाली देसी गाड़ियों के चलने-चलाने के लिए बनी होती हैं उन पर साधारणत: धूल की एक मोटी परत पाई जाती है। जब कहीं उन पर कोई स्वचालित गाड़ी यानी कार, वैन आदि चलती है तो इर्द-गिर्द धूल उड़ने लगती है। वह धूल ग्रामीण वातावरण को प्रदूषित करने के लिए एक बहुत बड़ा घटक बनती है। जिन ग्रामों में पक्की लिंक सड़कें बन चुकी हैं उनके दोनों ओर या ग्रामों की चारों ओर बनी चक्रदार सड़कों के दोनों किनारे आज भी अधितकर कच्चे ही हैं और उन पर बारीक धूल की काफी मोटी परतें देखने को मिलती हैं जो पैदल चलने वाले राहगीरों तथा दो-पहिया, तीन-पहिया और चार-पहिया वाहनों के चलने से इर्द-गिर्द के वातावरण को अशुद्ध करती हैं।

ऐसे वाहनों के तेज चलने से धूल के गुबार बनकर कितना-कितना समय अपना बुरा प्रभाव दिखाते रहते हैं। जब आंधी चलती है तो बारीक रूप में धूल जहां भी होती है वह उड़ने लगती है और अपना बुरा प्रभाव दिखाती है। वास्तव में धूल की समस्या से छुटकारा पाना संभव तो है परंतु इसके लिए कुछ सामूहिक प्रयास करने पड़ेंगे। ग्रामों में नवयुवकों को अब प्रदूषण-विरोधी संगठन बनाकर इस दिशा में सामूहिक प्रयास करने की आवश्यकता है। यदि उपमार्गों की धूल एक बार अच्छी तरह से उठाकर कहीं खपा दी जाए तो ग्रामीण धूल-प्रदूषण का शिकार होने से नि:संदेह अपना बचाव करने लिए सक्षम हो सकते हैं।

४. भारतीय ग्रामों की गंदे पानी की असक्षम निकास प्रणाली

अभी भी अधिकतर भारतीय ग्रामों की गंदे पानी की निकास-प्रणाली असक्षम है। अंडर ग्राऊंड जल निकास के अधीन अभी बहुत ही कम गांव लाये जा सके हैं। खुली नालियां नरक का दृश्य प्रस्तुत करती हैं। वे इतनी दुर्गंध फैलाती हैं कि संवेदनशील लोग जो ग्राम में किसी उद्‌देश्य के लिए आये होते हैं उनका वहां से गुज़रना या रुकना उनके लिए एक टेढ़ी समस्या बन जाता है, जबकि आम ग्रामीण यह प्रदूषित स्थिति सहन् करने के आदी हो चुके होते हैं। गंदे पानी की असक्षम निकास प्रणाली के ही कारण हमारे भारतीय ग्रामों में अभी तक गंदे पानी की ढाबों अथवा तालाबों का अस्तित्व बना हुआ है जो एक नहीं, दो नहीं बल्कि अनेकों ढंगों से विभिन्न प्रकारी प्रदूषित स्थिति को उत्पन्न करते हैं।

५. खुले में शौच जाने का रुझान

भारतीय ग्रामों में अब भी बहुत बड़े स्तर पर खुले में ही शौच जाने का रुझान स्पष्ट नज़र आ रहा है। आम तौर पर ग्रामों के रिहायशी मकानों के समीप से ही यह अशोभनीय प्रचलन प्रारंभ हो जाता है। खाली व बोई हुई भूमि पर ही नहीं बल्कि खड़ी फसलों में भी लोग शौच जाने से नहीं रुकते और अपने ग्राम के वातावरण को स्वयं गंदा करते हैं। इसके अतिरिक्त कुछ पिछड़े ग्रामों में छोटे बच्चे को खुली नालियों पर टट्टी-पेशाब कराने के कर्म भी हमारे देखने में आम तौर पर आ जाते हैं जो प्रदूषण का कारण बनते हैं। वैसे हमारे भारतीय ग्रामों में निर्धनता भी बहुत है। निर्धनता के साथ अज्ञानता का भी गहरा सम्बंध बनता है। बहुत से ग्रामीण जो दो समय की रोटी का ही जुगाड़ बड़ी कठिनाई से कर पाते हैं, उनके लिए कच्चे अथवा अधपके मकानों में आधुनिक तर्ज की लैटरीनों की आशा करनी अधिक उपयुक्त नहीं, परंतु इस तथ्य से तो कोई इंकार नहीं कर सकता कि यह अवांछित स्थिति जैसे-कैसे हटाने के प्रयास तो करने ही चाहिएं। अच्छी आय वाली पंचायतें यदि यह जिम्मेवारी उठायें तो निश्चय ही धीरे-धीरे अत्यंत प्रदूषित हो चुकी स्थिति इच्छित रूप में परिवर्तित की जा सकती है।

उपरोक्त वर्णन की स्थिति को सकारात्मक दिशा में मोड़ने के लिए ग्रामीणों को मुख्य रूप से स्वयं सजग और प्रयत्नशील होने की आवश्यकता है परंतु उनकी निर्धनता, अनपढ़ता, अज्ञानता, उनके चेतना-संकट को समक्ष रखते हुए ग्रामों में निवास करने वाले पढ़े-लिखे वर्ग को अधिक प्रयत्नशीलता दिखाने की जरूरत है, जिसमें सरबत्त का भला विद्यमान है।

वातावरण प्रदूषण

*-स. हरपाल सिंघ**

वातावरण के प्रदूषण की समस्या भयानक रूप धारण करती जा रही है। धरती पर मनुष्यों, जीव-जंतुओं तथा वनस्पति के उत्पन्न होने एवं बढ़ने-फूलने जैसा वातावरण बनने के लिए करोड़ों वर्ष लगे। धरती पर इस वातावरण में वायु, जल, मिट्टी, सूर्य की गर्मी और अन्य कई ऊर्जाओं का मिश्रण है। यदि धरती पर इन सभी तत्वों का अपना रूप और परस्पर तालमेल उपयुक्त मात्रा में कायम रहे तभी मनुष्यों सहित सभी जीवों तथा वनस्पति का अस्तित्व संभव है। परंतु मनुष्य ने गत थोड़े समय में ही वातावरण को बुरी तरह पलीत करके धरती पर जीवों और वनस्पति के अस्तित्व को खतरे में डाल दिया है। इस पलीत करने की प्रक्रिया को ही प्रदूषण कहा जाता है। यह प्रदूषण बढ़ती जनसंख्या, वृक्षों के अभाव, धन-कुबेरों की ओर से पूंजी को अधिक से अधिक प्रसारने के लिए प्राकृतिक साधनों की अंधी और क्रूर लूट तथा विज्ञान-विकास की लालसाओं भरपूर रुचियों ने उत्पन्न किया है।

आज मिट्टी, वायु, खाद्य-सामग्री तथा जीवन के लिए अन्य आवश्यक साधन पलीत हो चुके हैं। सूर्य की किरणें तथा गर्मी भी उचित रूप में धरती पर नहीं पहुंच रही। मनुष्य की वैज्ञानिक गतिविधियों के कारण शोर बढ़ रहा है और हरेक तरफ रेडिएशन का प्रभाव फैल रहा है। कहीं भयानक रोग उत्पन्न हो रहे हैं; कहीं जीव-जातियां आलोप हो ही हैं। कई प्रकार के विषैले एवं खतरनाक तत्व जलवायु तथा भूमि में घुल कर जीवन के लिए खतरनाक सिद्ध हो रहे हैं। हमारे भोजन में शामिल फलों, सब्जियों, दूध तथा अन्य खाद्य-पदार्थों में विषैले कणों, कोयले के धुएं, पावर हाऊसों की चिमनियां, पेट्रोल तथा डीजल से चलने वाली गाड़ियां, कीटनाशक एवं खरपतवारनाशक दवाइयों, परमाणु विस्फोटों तथा तजुर्बों और विभिन्न प्रकार की गैसों ने वायु को बुरी तरह प्रदूषित करके वातावरण को अत्यंत गंदा एवं विषैला बना दिया है जिसके बुरे प्रभाव मनुष्यों, अन्य जीवों तथा वनस्पति पर पड़ रहे हैं। गुरबाणी के अनुसार:

पहिला पाणी जीउ है जितु हरिआ सभु कोइ ॥
(पन्ना ४७२)

जल मनुष्य और प्रकृति की जान है। जल समस्त जीवन का आधार है। जिन ग्रहों पर जल नहीं उन पर जीवों का निवास असंभव है। आज धरती के ऊपर का जल भी बुरी तरह विषैला हो चुका है। ५० प्रतिशत जनसंख्या को पीने के लिए शुद्ध जल नहीं मिल रहा। नगरों के सीवरेज तथा कारखानों की समस्त गंदगी और विषैला तरल पदार्थ नदियों, नालों, दरियाओं और सागरों में फेंका जा रहा है। खेतों में पाई जाती खादें और विषैली दवाइयों का छिड़काव और परमाणु तजुर्बों के समय छोड़ा जाता रेडियो एक्टिव कचरा धरती के निचले जल पर बुरा प्रभाव डाल रहा है।

जल का स्तर धरती के बहुत नीचे जा

**गार्डन कालोनी, फतेहगढ़ चूड़ियां, जिला गुरदासपुर-१४३६०२ मो ९८७२४-८६१२२*

रहा है। ग्लोबल वार्मिंग के बढ़ने का प्रथम प्रभाव जल पर है। पर्वतों पर ग्लेशियर पिघल रहे हैं जिससे इर्द-गिर्द के स्थान गर्म हो जाएंगे। जहां कुछ धरती बंजर या वीरान होगी, वहां समुद्रों में कई मीटर उछाल आने से करीबी नगर डूबने का खतरा है। प्रदूषित जल से प्रति वर्ष ३० लाख लोग मर जाते हैं। स्वच्छ जल के बिना १० हजार प्रजातियों का चतुर्थ भाग समाप्त हो चुका है। जंगली जीवों, चीलों तथा अन्य पक्षियों की नस्लें समाप्त हो रही हैं। चिड़ियों की जानी-पहचानी प्रजातियों में से ७० प्रतिशत समाप्त हो चुकी हैं। आज पंजाब भी बेआब हो रहा है :

हाणी!
पंज दरिआवां वाली 'चों,
अज्ज मुक्क चल्लिआ जे पाणी।

पंजाब के अनेकों गांव पेय-जल प्राप्त न होने से विवश हैं। जल का संकट दिन-प्रतिदिन बढ़ता जा रहा है। एक रिपोर्ट के अनुसार वर्ष १९८४ में पंजाब के ५३ ब्लॉकों को काला क्षेत्र घोषित किया गया था परंतु वर्ष २००५ तक १०८ ब्लॉक काली पट्टी में सम्मिलित हो चुके हैं। शेष बचे ब्लॉकों में से भी अधिकतर में जल पीने योग्य नहीं रहा। पंजाब का ९० प्रतिशत क्षेत्र १० मीटर से भी अधिक गहराई से जल खींच रहा है और यह स्तर दिन-प्रतिदिन और नीचे होता जा रहा है। पंजाब के कुल १२,४२३ गांवों में से ११८४९ गांवों में पेय-जल की समस्या है।

समस्त पंजाब और विशेष रूप से मालवा क्षेत्र में कैंसर तथा अन्य रोगों में तीव्रता से वृद्धि हो रही है। १० नवंबर २००८ 'पंजाबी ट्रिब्यून' की रिपोर्ट के अनुसार सी. एम. सी. लुधियाना से कैंसर खोजकर्ता व इनोवेन्शन मुखिया डॉ. नीटा कंग ने अपनी टीम के साथ बठिंडा जिले का निरीक्षण किया तो कैंसर से पीड़ित लोगों की बड़ी भीड़ जुड़ गई। डॉ. कंग के अनुसार जल में आर्सीनिक तत्व की अधिकता होने के कारण रोग लग रहे हैं। संयुक्त राष्ट्र के वन जीव फंडज (W. W. F.) के अध्ययन के अनुसार मनुष्य ने यदि अधिक उपभोग और विनाश करने वाली अपनी जीवन-शैली को परिवर्तित न किया तो हमारी धरती सन् २०५० तक मानवी जीवन के लिए अनिश्चित बन जाएगी :

इह मेरे पंजाब दी मिट्टी है।
इस नूं मैली न करना,
इह गोरी चिट्टी है।

आज मिट्टी भी बुरी तरह प्रदूषित हो चुकी है। औद्योगिक इकाइयां लाखों टन ठोस पदार्थ रद्दी में परिवर्तित कर रही हैं। तेलशोधक तथा ढलाई के कारखाने गंदा कचरा तथा राख धरती पर फेंकते हैं। घर-गृह का कूड़ा-कर्कट, प्लास्टिक के लिफाफे, बोतलें, कांच तथा अन्य बहुत-सी वस्तुओं का यहां-वहां बिना योजनाबद्ध पड़े होना मिट्टी को प्रदूषित कर रहा है। धरती से वनों के काटे जाने और कारखाने लगने से कार्बन डाइऑक्साईड की मात्रा बढ़ कर आकाश में जमा हो रही है, जो धरती के ऊपर एकत्र हो रही सूर्य की गर्मी को बाहर नहीं निकलने देती, जिस कारण धरती पर गर्मी बढ़ रही है और हवा में एकत्रित विष बादलों में मिल जाने से क्षारिक (तेज़ाबी) वर्षा हो रही है।

जंगल काटने पर वृक्षों का अभाव होने के कारण भूमि-क्षार बढ़ गया है। कारखानों, परिवहन के साधनों, बम विस्फोटों, जेनरेटरों, लाऊड स्पीकरों, डी. जे. सिस्टमों तथा अन्य शोरोगुल ने हमारे जन-जीवन तथा वातावरण को बहुत प्रभावित किया है। अधिक शोर के

कारण मानसिक तनाव उत्पन्न हो रहा है तथा सुनने की शक्ति पर बुरा प्रभाव पड़ रहा है।

विज्ञान की प्रगति ने मनुष्य के लिए जो सुविधाएं उत्पन्न की हैं उनमें से ही ये खतरनाक चीजें जन्म ले रही हैं। मोबाइल, टेलीविज़न और अन्य सुविधाओं वाली चीजों का अंधाधुंध प्रयोग जीवन पर बुरा प्रभाव डाल रहा है। रद्दी हुए रेफ्रीजिरेटरों तथा एयरकंडीशनरों में से निकलती गैसों और अन्य खतरनाक गैसों के कारण धरती के ऊपर प्रकृति की तरफ से ओजोन परत, जो कि धरती ऊपर निवास करने वाले मनुष्यों तथा अन्य जीवों को सूर्य की खतरनाक पराबैंगनी किरणों से बचाती है, में बहुत बड़े-बड़े छिद्र हो गए हैं, जो दिन-प्रतिदिन बढ़ रहे हैं। इनका बढ़ना भी समस्त संसार के लिए खतरनाक है।

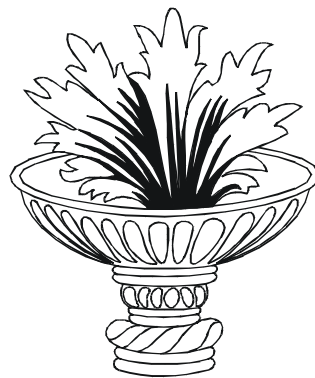
इन बढ़ रहे प्रदूषणों ने जहां आम बीमारियों, जैसे कि जुकाम, खांसी, दमा, बहरापन, मायूसी और अन्य गंभीर रोगों में वृद्धि की है वहां जीवन के समूचे अस्तित्व को भी खतरे में डाल दिया है। धरती पर मनुष्य का जीवन शुद्ध हवा, शुद्ध जल, शुद्ध खुराक, शुद्ध मिट्टी तथा अनुकूल सूरजी गर्मी के बिना कायम नहीं रह सकता, परंतु मनुष्य ने अपने गलत व्यवहार के कारण प्रकृति के उपहारों को बिगाड़ कर अपने समूचे अस्तित्व को खतरे में डाल दिया है। इस वातावरण को बिगाड़ने में अमीर लोगों का अधिक हिस्सा है। 'वातावरण बचाओ तालमेल कमेटी' के ऐलाननामे के अनुसार, "यदि पूंजीवादी सरमायेदारी ढांचे के विकास की गति इसी तर्ज पर रही तो हमारे ख़्याल के अनुसार आ रहे बीस वर्ष धरती के जीवों के लिए घोर महासंकट के वर्ष होंगे।"

वातावरण को प्रदूषित होने से बचाने के लिए आज आवश्यकता है कि वनों एवं वृक्षों की कटाई को रोककर, वृक्षों को अपने जीवन का अभिन्न अंग बना कर उनकी संभाल की जाए, बढ़ती हुई जनसंख्या पर रोक लगाई जाए, नित्य बढ़ती सांसारिक एवं पदार्थक इच्छाएं कम करके सादा एवं प्राकृतिक जीवन-ढंग अपनाया जाए, खतरनाक शस्त्रों की दौड़ से बचने के लिए विश्व स्तर पर शांति कायम की जाए, ढाबों, सरोवरों, कुओं, झीलों और दरियाओं को पलीत होने से बचाने के लिए और उपयुक्त संभाल के प्रयास मिलजुल कर किये जाएं। विषमुक्त कृषि करके खाने वाले विषमुक्त पदार्थों की पैदावार सुनिश्चित बनाई जाए।

हमारे गुरु साहिबान ने हवा को गुरु, पानी को पिता एवं धरती को माता का दर्जा दिया है:

पवणु गुरू पाणी पिता माता धरति महतु ॥

(पन्ना ८)

यदि हम धरती पर अपना अस्तित्व कायम रखना चाहते हैं तो आज हमको सुचेत होकर इन रिश्तों को समझकर हवा, पानी एवं धरती को हर प्रकार के प्रदूषण से मुक्त करने हेतु मिलजुल कर प्रयास करने चाहिए, इसलिए कि हमारा वातावरण साफ, स्वच्छ अथवा जीने योग्य रह सके।

प्रदूषण की समस्याएं और मानवता का भविष्य

-डॉ. गुरचरण सिंघ*

प्रदूषण एक ऐसी समस्या है जो प्रतिदिन बढ़ रही है। इसको काबू में रखने के लिए यत्न कितने सही और सार्थक सिद्ध हो रहे हैं इसके बारे में अलग-अलग विचार हो सकते हैं, परन्तु इस बात से कोई इंकार नहीं कर सकता कि यह मामला बहुत गंभीर है। प्रदूषण भौतिक, सामाजिक, नैतिक, राजनैतिक और सभ्याचारक, भाव प्रत्येक स्थिति और प्रत्येक क्षेत्र में अपने पैर पसार चुका है। अगर यह कहा जाए कि मनुष्य की सोच भी प्रदूषित हो चुकी है और नैतिक तौर पर वह बहुत गिर चुका है तथा मन की और तन की सफाई दोनों स्थितियों में ही दीवालिया हो रहा है तो यह कोई अतिकथनी नहीं होगी। नैतिक तौर पर मनुष्य गुरमति सभ्याचार के सुनहरी सिद्धांत भूल चुका है। *"देखि पराईआं चंगीआं मावां भैणां धीआं जाणै"* की जगह वह बेटियों, बहनों की इज्जत से खिलवाड़ कर रहा है; पैसों की खातिर सभी उसूल ताक पर रखे जा रहे हैं। आज का मनुष्य सामाजिक रिश्तों को मजाक कर रहा है और इन्हें तोड़ रहा है। राजनीतिक लोग नोटों द्वारा वोट खरीदने को ही नीति समझ रहे हैं। सभ्याचारक तौर पर लोग अपनी भाषा, अपना साहित्य भुला कर अश्लील गीतों को सुन-सुन कर ऐश-मस्ती के सपने आंखों में बसा कर घूमते हैं। हालात यह है कि *"घरि घरि मीआ सभनां जीआं बोली अवर तुमारी"* वाली भयानक दशा हमारे आज स्वतंत्र कहलवाने वाले भारत में भी हो रही है। अपनी भाषा और सभ्याचार से मुख मोड़कर हम नाई और दर्जी के इशारों पर नाच रहे हैं। हमारा रहन-सहन, खान-पीन, आचार-व्यवहार सब प्रदूषित हो गया है तथा हो रहा है। प्रदूषण ने इतने गंभीर और महामारी जैसे हालात पैदा कर दिये कि जीवन का कोई पहलू साफ-स्वच्छ और उज्जवल रह नहीं गया। इससे निपटने के लिए आज एक लोक-लहर की आवश्यकता है।

हम इस लेख के द्वारा केवल "वातावरण प्रदूषण" की ही बात करें जिसकी शुद्धता के उद्देश्य की पूर्ति के लिए जहां बाबा सेवा सिंघ और बाबा बलबीर सिंघ सीचेवाल जैसे व्यक्ति और संस्थाएं आगे आ रही हैं वहीं बहुत कुछ दिखावे मात्र और भेड़चाल के रूप में भी बहुत कुछ घटित हो रहा है। सरकार और प्रशासन कितने गंभीर हैं इसके लिए अधिक चर्चा करने की आवश्यकता नहीं। प्रदूषण से मुक्ति के लिए वही लोग ही सहायक सिद्ध हो सकते हैं जो "तन के उज्जवल, मन के निर्मल", "सोच के शुद्ध, नीयत के साफ" और नीति के "पाक" हों, जो वातावरण की शुद्धता का ख़्याल रखते हुए अपना कूड़ा-करकट पड़ोसी के आंगन में फेंक देने जैसे व्यवहार कभी न करते हों। इसके विपरीत हमारा व्यवहार नाक से उतार कर गाल पर लगाने वाली ही बात है। यह मात्र भाषण और नारों से सम्भव नहीं है। इसके लिए तो लगन और अमल की भी आवश्यकता है।

*२१/१४, ज़ीरा (फ़िरोजपुर)-१४२०४७; मो. ९८१५७-५३०४६

कोश के अनुसार 'प्रदूषण' का अर्थ है— गंदगी, दूषण, भ्रष्ट, पलीत और मैला। आज हमारा वातावरण गंदा और भ्रष्ट है। पवन और पानी दोनों ही मनुष्य-जीवन का स्रोत हैं। जब हम हवा में सांस के लिए आक्सीजन लेते हैं तो इसके द्वारा हमारे फेफड़ों में धुएं के साथ खतरनाक गैस कार्बनमोनोआक्साइड जाती रहती है। इससे हमारी शारीरिक दशा का अनुमान लगाना संभव नहीं। जब पानी में हर प्रकार की गंदगी घुलती रहे तो फिर पानी पीने योग्य नहीं रहेगा। मनुष्य की बढ़ती संख्या और बढ़ते शहर प्रदूषण का प्रमुख कारण हैं। इसकी ओर अभी तक आवश्यक ध्यान नहीं दिया जा सका।

उन्नति की कीमत भी मनुष्य को ही चुकानी पड़ेगी। कारों, बसों, ट्रैक्टरों, रेलों, धमाकों, पटाखों, कारखानों के होते प्रदूषण से बचना आसान नहीं। मनुष्य के लिए ज़रूरी यह है कि वह अपना चौगिरदा साफ रखे। यदि हम अपने चारों ओर को साफ रखेंगे तभी गंदगी और बीमारियों से हमें मुक्ति मिल सकेगी। किसी आदमी का नाक अधिक बह रहा हो तो उसके आसपास मक्खियों ने आना ही है। बात साफ है कि वातावरण को प्रदूषण से मुक्ति दिलाने से हमें गंदगी से मुक्ति मिल सकेगी।

पहले शोर-प्रदूषण को लेते हैं। यदि सरकार चाहे तो ऊंची बोलने वाले भोंपुयों (लाऊड स्पीकर), सार्वजनिक रैलियों, लीडरों के बेमतलब जलसों, जलूसों पर नियंत्रण करके इस समस्या को हल करने में सहयोग दे सकती है। परंतु दुख से लिखना पड़ रहा है कि हमारी सरकारें अपने ही बनाए हुए कानूनों पर भी अमल करने में प्राय: शर्माती रहती हैं। उदाहरण के तौर पर सार्वजनिक स्थानों पर सिगरेट पीने के विरुद्ध कानून तो बना, जो अच्छी बात है, परंतु अब तक सिगरेट जैसी जहरीली वस्तु के पीने पर हमारी सरकारें दफ्तरों तथा अन्य सार्वजनिक स्थानों पर व्यहवहार में रोक नहीं लगा सकीं। यह तो सुप्रीम कोर्ट की हिम्मत है कि दो अक्तूबर से सिगरेट-ताम्बकू के प्रेमियों के ऊपर रोक लागू हो रही है। यही हाल है सरकारी नीति का शराब के बारे में। बोतल के ऊपर यह लिख देने से कि "शराब पीना स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है", कौन मानता है? सरकार खुद शराब के ठेकों द्वारा करोड़ों रुपए कमाती है, भला वह शराब पर पाबंदी लगाने के लिए गंभीर क्यों होगी? शराब और सिगरेट मनुष्य के शरीर के लिए विष के समान हैं। कैंसर फैलाकर मनुष्य की आयु कम करने और चरित्र अश्लील करने वाली वस्तुओं पर सरकार रोक नहीं लगा सकती तो और क्या करेगी?

बड़े-बड़े शहर प्रदूषण का घर हैं, महामारी का केन्द्र। झोंपड़ी की गंदगी समाज के लिए अभिषाप है। गरीब लोग ही तो इनमें रहते हैं। गरीबी एक महामारी है, बीमारियों की जड़ है। छोटे-छोटे बच्चे खेलने की आयु में जब गंदगी तलाशते हैं और गंदे-मंदे स्थानों से बेचने के लिए वस्तुओं की तलाश करते हैं, उस समय हमारे सभ्य समाज के अमीर वर्ग को प्रदूषण की सही तस्वीर देखनी चाहिए।

दिल्ली, कलकत्ता, मुंबई, चेन्नई, लुधियाना, हैदराबाद जैसे बड़े शहर एक जैसा ही दृश्य प्रस्तुत करते हैं। कई बड़े शहर नदियों के किनारे बसे हुए हैं। लुधियाना, दिल्ली, इलाहाबाद, बनारस, लखनऊ ये शहर क्रमश: सतलुज, यमुना को ही दूषित कर रहे हैं, गंगा नदी का पानी भी मैला हो रहा है। गत समय में ही करोड़ों रुपए गंगा को साफ करने के लिए खर्चे गए, पर गंगा नदी का पानी मैला ही रहा।

"पवित्र रुपए" हड़प लिये गए।

बाबा बलबीर सिंघ जी सीचेवाल ने वेईं नदी को प्रदूषण-मुक्त करने के लिए पहल करके एक अच्छा शुभारंभ किया है। लुधियाना के कारखानों की गंदगी सतलुज में आज भी पड़ रही है। बाबा सेवा सिंघ जी ने खडूर साहिब के आस-पास के इलाके में वातावरण को शुद्ध करने के लिए वृक्ष लगवाए। अच्छा काम हो रहा है जिसकी स्तुति करनी चाहिये। परंतु अभी बहुत कुछ करना शेष है। समाज को वातावरण को प्रदूषण-रहित किस तरह किया जाए? यह काम असंभव भी नहीं और यह केवल एक व्यक्ति या दो-चार व्यक्तियों का भी नहीं। यह कार्य तो सभी लोगों के मिलजुल कर करने से ही संभव हो सकता है। यह कथन सत्य है कि 'साथी हाथ बढ़ाना' वाली भावना से ही प्रदूषण रोका जा सकता है।

१. हर मनुष्य सुचेत हो। वह पोलीथीन की थैली को लापरवाही से यहां वहां न फैंके। कोई भी वस्तु खाकर छिलके सड़क पर जहां मन चाहे वहां न फेंके।

२. कोई भी व्यक्ति सिगरेट, शराब आदि पीने से तौबा करे।

३. गांव के लोग गलियों और नालियों में घर का गंदा पानी न बहायें। जंगल-पानी (शौचालय) के लिए पाखाने बनाने की रुचि पैदा करें। अगर बाहर ही जाना पड़े तब खुर्पा आदि साथ लेकर जाना चाहिए और अपने मल-मूत्र को खड्डे में दबाना चाहिए।

४. किसान भाई धान की पराली और गेहूं की नरई जलाना बंद कर दें। इसकी रोकथाम के लिए बने कानून का पालन किया व करवाया जाए।

५. बड़े शहरों में सीवरेज प्रबंध ठीक किये जाएं। शहर का गंदा पानी शुद्ध करके खेतों के लिए प्रयोग किया जाए अथवा वैज्ञानिक और रासायनिक विधि के साथ इस्तेमाल योग्य बनाया जाए। समुद्र, नदी और नहर के किनारे रहने वाले गांवों और शहरों की गंदगी को समुद्र, नदी व नहर में फेंकने पर रोक लगानी चाहिए। वेईं नदी को साफ करना बड़ी अच्छी बात है, इसमें बढ़ोत्तरी की जाए।

बड़े शहर गंदगी का घर बनते जा रहे हैं। गांव भी शहरों का रूप ले रहे हैं। शहरों की सीमा निश्चित की जानी चाहिए। जितना बड़ा शहर उतना बड़ा नर्क। चंडीगढ़ की तरह नए शहरों की स्थापना की जाए। शहरों की बनावट योजना बोर्ड के अधीन होनी चाहिए। प्राचीन काल के मोहिंजोदड़ो और हड़प्पा के शहरों की योजनाबंदी आज भी प्रकाश-स्तंभ बन सकती है।

वैज्ञानिक और राजनीतिक व्यक्ति गरीबी के खातमे की तरफ ध्यान दें। गरीबी भी एक बड़ी हद तक प्रदूषण की जन्मदाती है। स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मन हो सकता है। प्रदूषण-मुक्त वातावरण में ही सही सोच वाले मनुष्य का विकास होगा। अगर आपका मन साफ है तो आप निर्मल घर की कामना करोगे। सामाजिक और सभ्याचारक प्रदूषण तथा भ्रष्टाचार को भी खत्म करना है और वातावरण को भी प्रदूषण रहित करने की आवश्यकता है।

उद्योग, पानी और लोग

*-श्री खुशीराम शर्मा**

यह बात तो सभी जानते हैं कि पानी के बिना जीवन सम्भव नहीं है। जब कभी भी अन्तरिक्ष विज्ञानी किसी ग्रह पर जीवन की सम्भावना का पता लगाने की कोशिश करते हैं तो सबसे पहले यह देखते हैं कि वहां पानी और वायुमण्डल है या नहीं? पानी के इस महत्त्व को देखकर ही गुरु साहिबान ने अपनी बाणी में इसके महत्त्व को दर्शाया है और लोगों को इसका सही उपयोग करने का संदेश दिया है। पहली पातशाही श्री गुरु नानक देव जी ने उपदेश देते हुए अपनी बाणी में कहा है:

पवणु गुरू पाणी पिता माता धरति महतु ॥
(पन्ना ८)

पानी का हमारे जीवन में वही स्थान है जो पिता का अपनी संतान के लिए होता है। परमात्मा ने मनुष्य को बहुत बड़ी मात्रा में पानी दिया है। धरती के तल का लगभग तीन-चौथाई भाग पानी से भरा हुआ है परन्तु इसमें से बहुत अधिक मात्रा में पानी खारा है और सागरों में भरा हुआ है। इस खारे पानी का प्रयोग पीने के लिए नहीं होता और यह दूसरे मानवी कार्यों के काम भी नहीं आता। शुद्ध पानी तो उपलब्ध पानी का मात्र चार प्रतिशत है। इसका भी बहुत बड़ा भाग बर्फ के रूप में उत्तरी ध्रुव सागर, अटराकटिका और ग्लेशियरों के रूप में विद्यमान है, जिसका प्रयोग मानव अपने जीवन-कार्यों में नहीं कर सकता। नदियों और झीलों के रूप में जो पानी हमें मिलता है और इसके साथ धरती के नीचे जो पानी है हम उसी का ही जीवन-कार्यों में प्रयोग करते हैं।

भगवान ने तो हमें इतना पानी दिया है जिससे हम अपने जीवन को उपयुक्त रूप से सुखमय बना सकते हैं, परन्तु हमने इस पानी का दुरुपयोग किया है और इसको प्रदूषित कर दिया है, जिस कारण जो पानी आजकल हम पीते हैं वो पूर्ण रूप से शुद्ध नहीं है, उसमें कई प्रकार के रासायनिक तत्व मिले हुए हैं जो हमारी सेहत के लिए ठीक नहीं हैं और यह रासायनिक तत्वों वाला पानी कई प्रकार की बीमारियों का कारण बनता है।

भले ही औद्योगिक उन्नति ने हमें बहुत कुछ दिया है, बढ़ती हुई जनसंख्या के लिए पर्याप्त अन्न और दूसरे पदार्थ दिए हैं, भले ही सुख-सुविधा के बहुत से साधन औद्योगिक विकास की ही देन हैं पर इसके साथ ही बेकाबू औद्योगिक उन्नति ने हमारे जलस्वरूपों को प्रदूषित कर दिया है। औद्योगिक इकाइयों का कचरा नदियों-नालों में बहा दिया जाता है या फिर झीलों में फेंक दिया जाता है। इस कचरे में बहुत से जहरीले रासायनिक पदार्थ होते हैं। भारी धातुएं, जैसे पारा, सिक्का आदि के अंश पानी में घुल जाते हैं। जब हम ऐसे पानी को पीते हैं तो यह मल-त्याग की प्रणाली द्वारा हमारे शरीर से बाहर नहीं निकल पाते। इस कारण हम बहुत सी गंभीर बीमारियों के शिकार हो जाते हैं। बड़ी-बड़ी औद्योगिक इकाइयों, जिसमें चीनी उद्योग, चमड़ा उद्योग और रासायनिक उद्योग आदि शामिल हैं, ने हमारी नदियों को बहुत बुरी तरह से प्रदूषित किया है। इसके साथ

**गुरु नानक मार्केट, जालंधर रोड, बटाला, जिला गुरदासपुर-१४३५०५*

ही बड़े नगरों की मल-निकासी प्रणालियां भी नदियों को प्रदूषित कर रही हैं। औद्योगिक उन्नति के कारण हमारी घरेलू जीवन-शैली भी बदल गई है। रसोई-घरों, कपड़े धोने और गुसलखानों में बड़ी मात्रा में जहरीले रासायनिक तत्वों का प्रयोग होने लगा है। इससे मल-निकासी प्रणालियों का पानी इतना ज़हरीला हो गया है कि वह नदियों को भी ज़हरीला कर रहा है। यही कारण है कि हमारे देश की लगभग सारी नदियों का पानी प्रदूषित हो गया है और मानव के उपयोग के काबिल ही नहीं रहा। गंगा नदी तो इतनी प्रदूषित हो चुकी है कि इलाहाबाद संगम के स्थान पर धार्मिक पर्व के दिनों में वहां स्नान करना भी ख़तरे से खाली नहीं। यमुना नदी तो एक गंदा नाला बन चुकी है। पंजाब की सतलुज नदी का भी यही हाल है। बहुत समय हम बेख़बर रहे हैं। चलो, फिर भी अच्छी बात है कि अभी-अभी इन नदियों को साफ करने की तरफ हमारा ध्यान गया है।

सबसे पहले गत सदी के नवम दशक में गंगा को साफ करने की योजना बनाई गई थी और अब गंगा, थाला प्राधिकरण की स्थापना हुई है। सतलुज को साफ करने की आवाज़ भी उठाई जा रही है। ज़रूरत इस बात की है कि प्रदूषित पानी को नदी में गिरने से पहले पानी साफ करने वाले संयन्त्र लगाकर पानी को साफ कर देना चाहिए। यह उत्तरदायित्व तो मूल रूप में उद्योगों को चलाने वालों का है। यह उनका फर्ज है कि वह पानी साफ करने वाले संयन्त्र लगाएं। नगर निगमों और नगर पालिकाओं को भी कानूनी तौर पर आदेशित कर देना चाहिए कि वे मल-निकासी प्रणाली में पानी साफ करने वाले यंत्र लगाएं।

हाल के दिनों में बाबा बलबीर सिंघ सीचेवाल ने एक चमत्कार कर दिखाया है। उन्होंने संगतों अथवा जन-साधारण को प्रेरित करके और क्रियाशील करके १७० किलोमीटर लंबी काली वेईं नाम की नदी को प्रदूषण से मुक्त कर दिया है। श्री गुरु नानक देव जी महाराज के साथ जुड़ी हुई इस नदी का धार्मिक महत्त्व है। इसको शुद्ध करके बाबा जी ने यह दर्शाया है कि लोक-कल्याण ही सच्चा धर्म है। गुरु साहिबान के बताये हुए मार्ग पर चलते हुए उन्होंने हमें भी यह प्रेरणा दी है कि हम व्यक्तिगत रूप में संकल्प करें और उस पर पूरा उतरें। सामाजिक और धार्मिक सज्जनों को बाबा सीचेवाल से प्रेरणा लेनी चाहिए। यदि एक इंसान लोगों को प्रेरित कर, उनका सहयोग लेकर इतनी लंबी नदी को साफ-स्वच्छ करवा सकता है तो बहुत से सामाजिक और धार्मिक कहलवाने वाले दूसरे मान्यवर लोग अन्य नदियों को साफ क्यों नहीं कर सकते? ऐसा वे कर सकते हैं परन्तु उनके मन में लोक-कल्याण की भावना होनी चाहिए और इस भावना को अमली रूप देने के लिए दृढ़ संकल्प और इच्छा-शक्ति का होना भी लाज़मी है।

अब तो धरती के नीचे का पानी भी प्रदूषित होने लगा है। खेतीबाड़ी में प्रयोग होने वाले ज़हरीले रासायनिक तत्व धीरे-धीरे धरती के नीचे चले जाते हैं और पानी को प्रदूषित करते हैं। खुले में पड़ा हुआ नगरों का कचरा भी इस प्रदूषण का एक कारण है। जब वर्षा होती है तो इस कचरे के जहरीले तत्व पानी में घुलकर नीचे चले जाते हैं। थोड़े दिन पहले जापान में यह बात सामने आई है कि किस प्रकार इन नगरों के कचरे ने पानी में घुलकर धरती के नीचे वाले पानी को प्रदूषित किया है। हाल के दिनों में पंजाब के मानसा और बठिंडा जिलों के कुछ गांवों में धरती के नीचे के पानी के प्रदूषित होने की कुछ खबरें आई हैं जिसके कारण वहां के लोगों को कैंसर जैसे भयानक रोगों का सामना करना पड़ रहा है। पी. जी.

आई. चंडीगढ़ के एक अध्ययन के अनुसार इन गांवों के पानी में कुछ ऐसे रासायन घुल गए हैं जो इन भयानक बीमारियों का कारण बने हैं। धरती का पानी शुद्ध रखने के लिए यह ज़रूरी है कि हम खेतीबाड़ी में खरपतवारनाशक दवाइयों का प्रयोग समझ-बूझ कर न्यूनतम मात्रा में ही करें। नगरों के कचरे का भी प्रबंध ठीक ढंग से होना चाहिए। उसको साफ करने और खाद बनाने के लिए संयन्त्र लगाने चाहिए और लगे हुए संयन्त्रों को ठीक ढंग से चालू रखना चाहिए, ताकि प्रदूषण से छुटकारा मिल सके।

कहा जाता है कि तीसरा विश्व-युद्ध पानी के लिए होगा। यह चेतावनी यूं ही नहीं है। अभी से हम देख रहे हैं कि पंजाब और हरियाणा तथा कर्नाटका और तामिलनाडु के राज्यों में पानी को लेकर आपसी झगड़ा है। पाकिस्तान और बंगलादेश के साथ भी हमारे देश का कुछ इसी तरह का मनमुटाव है। इसका कारण पानी की उपलब्धता की कमी है। भारी उद्योगों ने धरती के नीचे के पानी का बहुत बेदर्दी से दोहन किया है। छत्तीसगढ़ के पूर्वी भाग में जहां भारी उद्योग लगे हैं वहां नदियां सूख गई हैं और पानी का स्तर बहुत नीचे चला गया है। कोका कोला के प्लांट को लेकर तामिलनाडु और केरल के लोगों में बहुत गुस्सा और चिंता है। कोका कोला के कारखानों में इतना पानी फजूल खर्च होता है कि लोगों को पीने के लिए पानी में कमी महसूस होने लगी है। एक लीटर कोका कोला तैयार करने के लिए चार लीटर पानी खर्च हो जाता है। पानी का व्यापार भी होने लगा है। मिनरल पानी की एक बोतल दस रुपये में मिलती है जिसे तैयार करने में पांच लीटर पानी खर्च होता है। जो पानी कभी लोगों को मुफ्त में मिलता था आज इसके लिए उनको धन खर्च करना पड़ता है। असंतुलित औद्योगिक विकास ने उपभोगतावाद को जन्म दिया है। इस में पानी की फजूलखर्ची भी शामिल है। होटलों और बड़े घरानों में पानी का दुरुप्रयोग एक ऐशप्रस्ती के लिए किया जाता है। कुल मिलाकर पानी की उपलब्धता में पानी की कमी आ गई है।

पानी की उपलब्धता को सुलभ बनाने के लिए कुछ उपाय करने बहुत ज़रूरी हैं। बारिश के पानी को पुन: धरती में नीचे उतार देना (रेन वाटर हारवैस्टिंग) इस युग की ज़रूरत है। इसके लिए सरकार ने कई योजनाएं तो बनाई हैं परन्तु इन योजनाओं को कानूनी रूप देकर अभियान चलाना अत्यावश्यक है। लोगों को पानी के संकट के प्रति सुचेत करने के लिए ग़ैर-सरकारी एवं समाज-सेवी संस्थाओं को भी आगे आना चाहिए, ताकि पानी की फजूलखर्ची और दुरुपयोग को बंद किया जा सके।

पानी को बचाने और उसके सही उपयोग के लिए धर्म और धर्म से सम्बंधित महापुरुष बहुत कुछ कर सकते हैं। गुरु साहिबान ने अपनी बाणी में जो संदेश और उपदेश दिये हैं उनको लोगों तक पहुंचाने में धार्मिक इंसान बहुत बड़ी भूमिका निभा सकते हैं। उनके प्रवचन और उपदेश लोगों के व्यवहार में वांशिक परिवर्तन करने में बहुत सहायक सिद्ध होंगे।

अंत में हम यह कह सकते हैं कि जहां सरकारें पानी को बचाने के लिए बहुत कुछ कर सकती हैं वहां धर्म और धर्म से जुड़े हुए महापुरुष भी इस शुभ कार्य को पूर्ण करने के लिए बहुत कुछ कर सकते हैं। हमें इनसे बहुत-सी अपेक्षाएं हैं और उम्मीद है कि ये इन अपेक्षाओं को पूर्ण करते हुए अपने कर्त्तव्य का निर्वाह करेंगे। लोगों को स्वयं भी इस दिशा में प्रयत्नशील होना चाहिए और तन, मन एवं धन से सहयोग देना चाहिए। अत्यंत बिगड़ चुकी स्थिति में सभी संभव प्रयत्नों से ही सुधार संभव हो सकेगा।

घर में बेलों और पौधों का प्रावधान

*-श्रीमती प्रतिभा शर्मा**

मानव प्रकृति का सर्वोत्तम अंश है। प्रकृति के साथ इसका वही सम्बंध है जो एक मां का अपनी संतान के साथ होता है। मां की तरह प्रकृति हमें सब कुछ देती है, हमारे जीवन को संभव बनाती है। परन्तु उन्नति की दौड़ में मानव इस रिश्ते को भूल गया है। औद्योगिक क्रांति और विकास के कारण मानव प्रकृति से दूर होता जा रहा है। उपभोगतावाद की बढ़ती हुई प्रवृत्ति के कारण मानव ने प्रकृति से बहुत छेड़छाड़ की है। इसके मूल रूप में कई प्रकार के विकार उत्पन्न हो गए हैं। इन सबका प्रभाव घरों पर भी बहुत गहरा है। बढ़ते हुए शहरीकरण और नित्य बढ़ती जनसंख्या के कारण घरों का आकार छोटे से और छोटा होता चला गया है। घरों के आंगन सिकुड़ गए हैं। घरों में कच्ची जमीन नहीं रही। कुछ तो परिवारों की बढ़ती हुई संख्या के कारण ऐसा हुआ है और कुछ उपभोगतावाद के कारण लोगों के रहन-सहन और उनकी सोच में आए बदलाव के कारण भी घरों में बेल-पौधे नहीं रहे। जो थोड़ी-बहुत कच्ची जगह थी वहां कीमती पत्थर लग गए। खूबसूरत वृक्षों को इसलिए काट दिया गया कि उनसे घरों में पत्तों की 'गंदगी' फैलती है। पत्थरों और पौधों की सजीवता महसूस करने की क्षमता ही नहीं रही।

घर में पौधों और बेलों को काट कर कमरा बनाने से जो दुख होता है वह मैं ही जानती हूं। आज से आठ-दस वर्ष पहले मेरे घर के हालात कुछ ऐसे बने कि मुझे घर के पौधों-बेलों और नींबू, किन्नू आदि के वृक्षों को काटकर बड़े कमरे बनाने पड़े, पर जो मानसिक वेदना मुझे महसूस हुई वह मैं ही जानती हूं। उनके न रहने से मेरा उदास होना स्वाभाविक था। कुछ समय इसी दुख में निकल गया। फिर फूलों-पौधों के बारे में नये रूप से एक नए संदर्भ में सोचना शुरू किया। छोटे-बड़े गमलों में कुछ पौधे लगाने का मन बनाया। अनुभव तो मेरे पास था ही। हां, थोड़ा-बहुत ज्ञान एक नर्सरी के माली से लिया। इस तरह गमलों में फूल वाले और सजावटी पौधे लगाने का काम शुरू किया। फूल बहुत ही अच्छे लगते हैं और जीवन में इनका खास महत्व है। इनके खिलने से घर की खूबसूरती को चार चांद लगते हैं। बिना फूलों के घर, घर न रह कर मकान बन जाते हैं। वाहिगुरु जी को भी हम फूल भेंट करते हैं। जब गुरुद्वारे या मंदिर जाते हैं तो फूल ले जाना नहीं भूलते। यहां तक कि जीवन की खुशी और गमी दोनों में फूल अपनी कोमल सुंदरता के कारण समय को सहज, सुंदर और संवेदना से भर देते हैं।

फूल और पौधे सिर्फ देखने की चीज नहीं हैं, महसूस करने की भी हैं। इनकी खुशबू से सारा घर महक उठता है। देसी गुलाब, गेंदा, रजनीगंधा, मोतिया, जैसमीन, रात की रानी कुछ ऐसे फूल हैं जिनकी महक मन की गहराइयों तक उतर जाती है। रात की रानी

**गुरु नानक मार्केट, जालंधर रोड, बटाला, जिला गुरदासपुर-१४३५०५*

और जैसमीन का सर्द ऋतु की चांदनी रात में तो कहना ही क्या! ऐसी महक में मनुष्य सब उदासी भूल जाता है। हम आजकल कई प्रकार के खुशबूदार रासायनिक पदार्थों का अपने कमरे और वस्त्रों पर छिड़काव करते हैं ताकि उसकी महक से घर का माहौल खुशगवार हो, परन्तु हम समझते क्यों नहीं कि फूलों की सुगन्धि के मुकाबले ये सब कुछ भी नहीं है? फूल घर को सजीव बनाते हैं, जबकि रासायनिक पदार्थ ऐसा नहीं कर सकते।

सिकुड़ते हुए घरों के आंगन में धूप कम हो जाती है, इसलिए गमलों को छत पर ले जाना पड़ता है। बड़े गमले 2 X 2 फुट के होते हैं, उनको छत पर रख कर खूबसूरत बेलें लगाई जा सकती हैं, जिसमें बोगनवेलिया, गुलाब, गोल्डन शावर और परदा बेल को ऊपर से नीचे लटकाया जा सकता है। फूलों के साथ इनकी छटा देखते ही बनती है। घर को जो सुंदरता प्राप्त होती है उसका तो कहना ही क्या! मगर इस खूबसूरती को वही अनुभव कर सकता है जिसके मन में फूलों-पौधों के प्रति लगाव हो।

गमलों में फूलों वाले पौधे लगाने के लिए ९ इंच से ११ इंच तक के आकार के गमले ठीक रहते हैं। गमले मिट्टी और सीमेंट दोनों ही तरह के मिलते हैं, परन्तु मिट्टी के गमले पौधे लगाने के लिए ज्यादा उपयुक्त हैं। इनमें पौधों की सेहत अच्छी रहती है, न सर्दी में ज्यादा ठण्डे न गर्मी में ज्यादा गर्म होते हैं। गमलों की तैयारी के लिए मिट्टी और खाद का सही मात्रा में होना जरूरी है। सबसे अच्छा मिश्रण तो वह होता है जिसमें एक-तिहाई मिट्टी, एक-तिहाई रेत, एक-तिहाई गोबर की गली-सड़ी खाद। मिश्रण का ढेर लगा कर पानी का छिड़काव इस प्रकार से करना चाहिए कि ढेर नीचे तक गीला हो जाए। सूखने पर इसको अच्छी तरह मिलाना चाहिए ताकि सभी तत्व एकजान हो जाएं। इसको इस प्रकार मसलना चाहिए कि यह भुरभरा पाऊडर सा बन जाए। इसमें किसी तरह के कंकर या मिट्टी की गांठ न रह जाए। इसमें मिट्टी की मिकदार के अनुसार थोड़ा नमक और हल्दी मिलानी चाहिए। इससे पौधों का कीड़े-मकौड़े से बचाव रहता है। बाद में मिट्टी को गमलों में डाल दें। गमले में मिट्टी आधा इंच नीचे भरनी चाहिए। अच्छा तो यह है कि मिट्टी से भरे हुए गमलों को पानी से भरे टब में डुबोकर निकाल लें। बाद में सूख जाने पर जब पानी की सही मात्रा मिट्टी में रह जाए तो उसमें पौधे लगाने चाहिएं। पौध किसी अच्छी नर्सरी से लेनी चाहिए। अच्छी सेहतमंद पौध को गमलों में लगाकर जरूरत के अनुसार पानी दें। यह ध्यान रखना चाहिए कि पौध गर्मी के मौसम में सूर्य ढले शाम को लगानी चाहिए ताकि दिन की गर्मी से बची रहे। सर्दियों में सुबह धूप में पौध लगानी चाहिए ताकि रात की ठण्ड से बची रहे और पौधे चल जाएं।

गमलों को मौसम के अनुसार धूप-छांव में रखना चाहिए। गुलाब, बोगनविला तथा कांटेदार फूल और बेल को बहुत धूप चाहिए, जबकि दूसरे फूलों के लिए कम धूप चाहिए।

शायद कुछ लोगों को यह ज्ञात नहीं कि गमलों में सब्जियां भी लगाई जाती है। बाजार से 2 X 1 ½ की क्यारियां मिल जाती हैं। इनमें बड़ी आसानी से पालक, धनिया, मेथी, हरी मिर्च, पुदीना, बैंगन, टमाटर आदि के पौधे लगाए जा सकते हैं। गर्मियों में बेलों वाली सब्जियां जैसे घीया, लौकी, करेले बोये जा सकते हैं। मैंने देखा है कि छत पर बड़े गमलों में

छोटी आकार की नस्ल के नींबू, पपीते, संतरा आदि लगाए जा सकते हैं। घरेलू बगीची का घर को शुद्ध रखने में बड़ा योगदान है। घर की फालतू वस्तु जैसे प्लास्टिक के डिब्बे, लकड़ी की छोटी-छोटी पेटियां गमलों के रूप में इस्तेमाल की जा सकती हैं। इससे प्रदूषण में भी कमी की जा सकती है। जहां घर में कच्ची जगह हो वहां गड्ढा निकाल कर रसोई का कचरा यानी सब्जी, फल के छिलके और पौधों के पत्ते आदि डाल कर उसकी उपयोगी खाद बनाई जा सकती है। ऐसा करने से कूड़ा-करकट कम होता है और पर्यावरण साफ रहता है। अगर कच्ची जगह नहीं है तो आप कोई बड़ी लकड़ी की या प्लास्टिक की पेटी भी इस्तेमाल कर सकते हैं। मेरा सभी पाठकों को यह सनम्र सुझाव है कि आप सब भी अपनी घरेलू बगीची बनाने का प्रयास अवश्य करें परंतु घरेलू बगीची शुरू करने से पहले आवश्यक ज्ञान प्राप्त करना बहुत जरूरी है। शुरू-शुरू में अमली ज्ञान के लिए किसी अनुभवी माली की सहायता ले लेनी चाहिए। ऐसा करने से असफलता से होने वाली निराशा और हताशा से बचा जा सकता है। और घरेलू बगीची में रुचि बनी रहती है तथा धीरे-धीरे इसमें बढ़ोत्तरी हो जाती है।

घरेलू बगीची से किसी आर्थिक लाभ की उपेक्षा करना ठीक नहीं तथा भौतिक सुख की लालसा करना अनुचित है। स्वत: लाभ तो प्राप्त होता ही है परंतु लालच की प्रकृति हमें नहीं रखनी होगी। यह बगीची तो अति आत्मिक शान्ति-शुद्धि के लिए है। इससे व्यक्ति की आध्यात्मिक उन्नति होती है। यही कारण है हमारे गुरु साहिबान ने गुरबाणी में प्रकृति के महत्व को दर्शाया है और हमें फूलों-पौधों का संग करने की प्रेरणा दी है।

घरेलू बगीची का शौक सज़ृनात्मक सुख की रचना करता है। मनुष्य का मूल प्रकृति में है। उसकी संगत में रह कर वह अपने मूल से जुड़ा रहता है। उसमें मानसिक, भावात्मक और बौद्धिक शक्तियों का सामंजस्य पैदा होता है जिससे व्यक्तित्व में एक संतुलन बना रहता है। यह ऐसा शौक है जो हमारे मन में मानवता के उच्च गुणों का संचार करता है। इससे समय का सदुपयोग होता है और हम निंदा-चुगली जैसी बुरी भावनाओं से बचे रहते हैं। सहजता, सरलता और स्वाभाविकता से मानव निखर जाता है। अहम् भाव के डंक और अन्य हिंसक भावनाओं से व्यक्ति मुक्त रहता है।

अंत में मैं इतना कहना चाहती हूं कि घरेलू बगीची से जहां घर का मानसिक, भावात्मक वातावरण स्वस्थ बन जाता है वहां घर की सुंदरता को भी चार चांद लग जाते हैं। यह ऐसी सुंदरता है जो धन से नहीं खरीदी जा सकती।

गत महीनों में श्री दरबार साहिब श्री अमृतसर परिसर में 'नन्ही छां' नाम की कल्याणकारी योजना शुरू की गई जिसमें प्रसाद के रूप में छोटे-छोटे पौधे लगाने के लिए दिए जाते रहे हैं। यह एक अनुकरणीय और प्रशंसायोग्य कार्य है। देश के सभी राज्यों में और देश भर में दूसरी धार्मिक, सामाजिक संस्थाओं को भी इसे अपनाना चाहिए। सच ही तो है कि पौधे, बेलें, वृक्ष हमारे जीवनदाता हैं। विशेषकर हमारे पंजाब में इनकी बहुत अवहेलना हो रही है। अगर इस ओर अब भी ध्यान न दिया गया तो अंजाम बहुत ही गंभीर होंगे।

मानवता के लिए घातक शोर-प्रदूषण

-डॉ. अनूप सिंघ*

आवाज हमारे भूमंडलीय वातावरण का अखंड भाग है। मानवी विकास के एक निश्चित तथा प्राकृतिक पड़ाव पर जिस बात/प्रचलन ने मनुष्य को एक विलक्षण तथा पशु-वृत्ति से अलग एक पहचान प्रदान की, वह आवाज ही थी। परंतु अब अंधाधुंध औद्योगिक विस्तार, परिवहन, तेज तरार साधनों और विद्युतीय तथा इलेक्ट्रानिक्स के संयंत्रों ने इसको शोर प्रदूषण में परिवर्तित कर दिया। साधारण रूप में चलती बातचीत, परस्पर वार्तालाप, परस्पर सहज स्वाभाविक रूप से होती बात; धीमी तथा धैर्ययुक्त बातचीत और गोष्टियों तथा सेमीनारों में होती विचार-चर्चाएं शोर नहीं कहलातीं। साठ डैसीबल तक की ध्वनि या आवाज मानवी कानों को सुखमयी लगती है। शून्य डैसीबल, आवाज की वह तीव्रता है, जिस हमें केवल अहसास होता है। सहज-सहज गतिशीलता के साथ २० डैसीबल और साधारण बातचीत करने के समय यह ५० से ६० डैसीबल भी हो सकती है। गली-मोहल्लों की आवाजों से ५० से ७० डैसीबल तक की आवाज उत्पन्न होती है जो हमारे जीवन में साधारण मानी जाती है। इससे अधिक तीव्रता शोर कहलाती है।

मानवी कानों को अच्छी न लगने वाली ध्वनि शोर कहलाती है। ध्वनि प्रदूषण से अर्थ बढ़ रहे शोर से हैं। गत लगभग तीन दशको में शोर प्रदूषण बहुत बढ़ गया है। गत दस वर्षों में ही ध्वनि की तीव्रता औसतन १० डैसीबल की वृद्धि से पांच गुना वृद्धि, वाहनों की गणना में जनसंख्या की वृद्धि पांच गुणा वृद्धि, दिखलावा तथा विज्ञापन, अंधाधुध किया जा रहा औद्योगीकरण और आडियो-वीडियो उपकरणों का गलत प्रयोग शोर के प्रमुख्य कारण हैं। जैसे जनसंख्या बढ़ती जाती है, तैसे-तैसे हमारी आवश्यकतायें भी बढ़ती जाती हैं और आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए हमने जिन साधनों को अपनाया, उनसे ध्वनि प्रदूषण का स्तर बढ़ता गया। प्रतिदिन के जीवन में आवश्यकता से अधिक ध्वनि को शोर कहा जाता है। यह ध्वनि का प्रदूषित रूप है, जो हमें केवल बुरा ही नहीं लगता बल्कि हमारे स्वास्थ्य के लिए भी हानिकारक है। वास्तव में शोर वह मीठा विष है, जिसको हमारे लोग उन्नति तथा खुशहाली का संकेत स्वीकार किये बैठे हैं।

शोर (**Noise**) लातीनी शब्द **Nausea** से विकसित हुआ शब्द है, जिसका अर्थ वह अनचाही ध्वनि है, जो मानवी शरीर के लिए हरेक पक्ष से नुकसानदायक है। जो आवाज या ध्वनि मानवी कानों को मीठी-मधुर तथा सुखदायक लगे और जिससे मनुष्य स्वत: मस्ती में आये, वह संगीत है और जो ध्वनि थकान उपजाने वाली तथा दुखदायक लगे, वह शोर है। ध्वनि द्वारा अहसासों, भावनाओं, जज़बातों तथा विचारों की अभिव्यक्ति और साथ ही साथ दिमाग के निरंतर विकास के साथ ध्वनियों को संगीतक रूप देने की कला ने मनुष्य को इंसान बनाया।

**१४२, अरबन अस्टेट, बटाला-१४३५०५ (गुरदासपुर) मो. ९८७६८-०१२६८*

उपभाषा तथा भाषा के विकास ने सोने पर सोहागे का काम किया और ठोस परिश्रम से आंकुल-व्याकुल थके मानव ने संगीत को अपने मन बहलावे का साधन बनाया। संगीत ने मानवी सोच-प्रक्रिया, उसकी पहुंच-दृष्टि तथा उसके सभ्याचार और समूची सभ्यता को एक सकारात्मक भविष्यउन्मुख तथा निरोग दिशा प्रदान की है। यह संगीत ही है, जिसने मनुष्य को प्रेम-प्यार की वेदना और सोझी दी।

संगीत की करतारी सृजक शक्ति के कारण ही इस धरती पर पावन धर्म ग्रंथ संगीतक अंदाज में सृजन किये गए ताकि ज्ञान-प्राप्ति के साथ-साथ मानसिक शांति भी प्राप्त होती रहे। ध्वनि के बिना जीवन आधा-अधूरा है इसी कारण से संगीत एक विशेष डैसीबल तक की आवाज है, जो कानों को सुखदायक ही नहीं बल्कि प्रिय लगती है और दिमाग को संतुष्टि प्रदान करती है। कुदरत-कायनात भी निरंतर एक अनहद नाद में गतिशील है। वृक्षों के पत्तों की खन-खनाहट, पक्षियों का चहकना, समुद्री तरंगों की शांत-सहज एक अनोखी ध्वनि और नदियों की कलकल आदि का मनुष्य सदियों से आनंद लेता रहा है। श्री गुरु अरजन देव जी द्वारा संपादित और श्री गुरु गोबिंद सिंघ जी द्वारा पुन्य सम्पत्ति श्री गुरु ग्रंथ साहिब में अंकित ३१ रागों का विधान है और इसका प्रवीन सुशिक्षित कीरतनियों से गायन मन-मस्तक को सकून प्रदान करता है। परंतु बुरे भाग्यों से हम आज संगीत से शोर की ओर बढ़ रहे हैं। आर्थिक तथा औद्योगिक विकास ने ऐसी तेज तरार ध्वनियां उत्पन्न की हैं कि संगीत का सहज तथा मध्यम स्वर इस शोर में मिक्सअप होकर नगारखाने में तूती भी नहीं रह गए। नि:संदेह मनुष्य ने शोर को अपने जीवन का एक भाग मानकर इसके बारे में सोचना, विचार करना त्याग दिया है, परंतु वह अपने कान बंद कर रखने से तो रहा जिस कारण मनुष्य हर समय शोर के बुरे प्रभाव अधीन होने से कई शारीरिक और मानसिक समस्याओं का शिकार हो रहा है।

हमारी जनसंख्या की वृद्धि की दर पौने दो से दो प्रतिशत के बीच है, परंतु स्कूटरों, मोटर साइकिलों, कारों, बसों, ट्रकों तथा अन्य वाहनों की गिनती इससे छ: गुना अधिक तीव्रता से बढ़ रही है। बसों और ट्रकों की गिनती आबादी की वृद्धि के अनुरूप बढ़नी चाहिए। परंतु दुसरे वाहन देखा-देखी, दिखावे और शानो-शौकत की अभिव्यक्ति के लिए खरीदे जा रहे हैं। इनमें से ७५ प्रतिशत ऋण पर खरीदे जाते हैं। इनमें प्रयोग होता पेट्रोल तथा डीजल वातावरण को मैला अलग बना रहा है। इनके इंजनों तथा हार्नों की कान फाड़ देने वाली ध्वनि शोर-प्रदूषण का एक बड़ा कारण है। कारों तथा अन्य वाहनों के स्टेटस एवं रौब का प्रगटावा करते काफिले हमारे देश में विशेष रूप से गूंजे डालते ध्वनि प्रदूषण उत्पन्न करते हैं। दूसरी ओर निर्धनों तथा श्रमिकों का वाहन-साइकिल किसी प्रकार का प्रदूषण उत्पन्न नहीं करता और इस तरह वातावरण को मैला नहीं करता है। खैर! आर्थिक विकास की चरम सीमा को छूकर पीछे को मुड़ कर वर्तमान भारतीय पंजाब की सड़कों पर लगभग ४०-५० लाख रजिस्टर्ड वाहन दौड़ रहे हैं। छकड़े, तांगे, रेड़ियां, कड़ुक्के (मारुते), ट्रैक्टर तथा अन्य वाहन इनसे अलग हैं। इस भीड़ के जमघटे में समूचा पंजाबी भाईचारा शोर प्रदूषण के बुरे प्रभाव तले है। स्मरण रहे कि पंजाब में प्रतिवर्ग किलोमीटर जनसंख्या घनत्व ४८४ है।

समूचे तौर पर जनसंख्या बढ़ने से परिवहन की सुविधाओं में भी तीव्र वृद्धि हुई है। इनमें बसों (प्रमुख रूप में प्राईवेट) की मुख्य भूमिका है। बसों में लोगों को अश्लील एवं निम्न स्तर के गीत ऊंचे स्वर में बलपूर्वक सुनाये जाते हैं। यह शोर भी बच्चों, बुजुर्गों और बीमारों के लिए न सहन् कर पाने योग्य है। अब आडियो के साथ-साथ वीडियो कैसेटें भी बसों में आम हैं जिनमें कोई न कोई घटिया से घटिया फिल्म या निम्नतम स्तर का हास्य-व्यंग्य पूरे स्वर में सुनाया जाता है। गुलाम मानसिकता, सब कुछ सह जाने की जीवन पहुंच-दृष्टि, मंजिल पर पहुंचने का उद्देश्य, हमें क्या? अकेला बंदा क्या करे? जल्दबाजी तथा असुरक्षा के वातावरण के कारण कोई भी इस शोर प्रदूषण को बंद करने के लिए कहने का साहस नहीं दिखाता। यदि कोई जागती आत्मा वाली सवारी घटिया तथा अश्लील गीत न सुनाने या स्वर कम करने को कहती है, तो प्राईवेट बसों में ड्राईवर, कंडक्टर के अतिरिक्त कुछ अन्य पालतू किस्म के गुंडों की बदतमीजी का शिकार होना भी पड़ता है। पुलिस प्रशासन प्राईवेट ट्रांस्पोर्टरों के साथ घी-खिचड़ी है।

वर्तमान मैरिज पैलेस कल्चर ने शोर मचाने, युवा वर्ग को उकसाने और आम लोगों को परेशान करने की भूमिका अपना ली है। अधिकतर शादियों पर दीवाली से भी अधिक आतिशबाजी की जाती है। मैरिज पैलेस कल्चर ने आज समूचा पंजाब ही नहीं, बल्कि पूरे उत्तरी भारत को अपनी पकड़ में ले लिया है। यह अब उद्योग के रूप में विकसित हो चुका है। इसने शोर प्रदूषण को भी जन्म दिया है। डी. जे. सिस्टम, व्यवसायिक गायक, भांगड़ा टोलियां, मदिरा और शोर मैरिज पैलेसों में प्रमुखता ग्रहण कर गए हैं। परस्पर अपनापन, भावुकता, सहयोग तथा मेल-मिलाप आदि शानदार अतीत की बातें हैं। रिकार्ड किये गीतों और ऊंचे स्वर वाले डी. जे. सिस्टम तथा गिद्धे-भांगड़े का पहरावा पहन जिस प्रकार लड़कियों का शोषण किया जा रहा है वह पंजाबी सभ्याचार में नयी गिरावट लेकर आ रहा है। ऊंचे स्वर में लगाये जाते गीत और तेज रोशनियों में डांस आदि पंजाबी सभ्याचार की नौका को डुबो रहे हैं। डी. जे. सिस्टम और नृतकों ने समूचे भावुक, संगीतमयी तथा करुण भरपूर वियोग और खुशियों-विस्मादों भरे मिलाप के पलों को या विवाह जैसी पवित्र रस्म को मात्र शोर-प्रदूषण, खाओ पीयो और नाचने-कूदने में परिवर्तित कर दिया है। मैरिज पैलेसों में सभ्याचारक प्रोग्रामों के नाम पर बजाये जाते डी. जे. तथा डैक आदि इतना शोर उत्पन्न करते हैं कि शराबियों के अतिरिक्त कोई साधारण मनुष्य वहां दो मिनट टिक कर बैठ नहीं सकता। जब कोई साधारण मनुष्य परंतु संवेदनशील मनुष्य मैरिज पैलेस से बाहर निकलता है या शोर के केंद्र से काफी दूर हो जाता है तो वह काफी आराम तथा सुख प्रतीत करता है। उसको एक प्रकार की मानसिक शांति प्राप्त होती है। डी. जे. या डैक आदि का बजाना जहां शोर-प्रदूषण उत्पन्न करता है, वहां यह युवा वर्ग को नाचने या भांगड़ा डालने को भी लगा देता है। इसके साथ एक अन्य चिंताजनक प्रचलन जन्म लेता है। जब युवा वर्ग बिना उद्देश्य नाचना आरंभ कर देता है तो वह सोचना बंद कर देता है। इस निराशाजनक पक्ष सहित नैतिक तथा सदाचारक दृष्टिकोण से विशेष चर्चा और ठोस कदमों की मांग करता है।

बाजारों में नये खुले मल्टीपलैक्सिज, बड़े-

बड़े शोरूम तथा बड़ी कारोबारी दुकानों से माल की बिक्री के लिए अन्य विज्ञापनों के अतिरिक्त स्पीकरों पर निरंतर ऊंची आवाजें लगाते जाते हैं। आडियो-वीडियो कैसेटें, सी. डीज, डी. वी. डीज तथा एम. पी. ३ बेचने वाले भी अपने नये माल की तरफ ग्राहकों का ध्यान खींचने के लिए यह ढंग अपनाते हैं। शोर-प्रदूषण भी इस प्रकार उपयोग कल्चर का एक प्रतिफल है, जो कि वास्तव में वर्तमान गिरावट ग्रस्त पूंजीवादी विश्वीकरण का एक पासार है। पूंजीवाद अपने उन्नत उत्पादक साधनों के साथ मात्र नये-नये उत्पाद ही पैदा नहीं करता, बल्कि उनके लिए ग्राहकों की भी तलाश करता है। विज्ञापन आज एक पूरा उद्योग है।

एक अन्य चिंताजनक बात हमारे पूजा-स्थानों से ऊंचे स्वर में चार-चार स्पीकर लगाकर पाठ करने का प्रदर्शन है। ग्रामों और नगरों के गली-मोहल्लों में अमृत वेला में जब कुदरत कायनात पूरी तरह शांत, सहज, ठहराव, स्वच्छ और सौंदर्य भरपूर होती है तो सोचने का विषय है कि चार-चार स्पीकर लगाकर पाठ करना क्या कुदरत के नियमों के उलट नहीं है? नाजाने हमारे लोग स्पीकार की आवश्यकता के बारे में ही भ्रमयुक्त क्यों हैं? स्पीकर तो पूजा-स्थान में एकत्र संगत तक आवाज पहुंचाने के लिए होता है। जब पूजा-स्थान में उपस्थित संगत इतनी है कि उन तक व्याख्यान आदि देने वाले की आवाज पहुंच रही है तो लाऊडस्पीकर की वास्तविक आवश्यकता नहीं है।

अधिकतर देशों में शोर की अधिकतम सीमा ७५ से ८५ डैसीबल निर्धारित है। हमारे देश में कोलकाता, मुंबई और दिल्ली सर्वाधिक शोर वाले महानगर हैं। इनमें सदी के प्रारंभ में शोर की औसत तीव्रता ९० डैसीबल थी। चेन्नई में कुछ चयन किये गए विशेष औद्योगिक क्षेत्रों और भीड़ वाले क्षेत्रों में किये सर्वेक्षणों से ज्ञात हुआ है कि इन सभी स्थानों पर शोर, सहन् करने की सीमा को पार कर चुका है। मुंबई की घनी आबादी में गणेश उत्सव के दिनों में शोर ९७ डैसीबल तक रहता है। शेष शहरों-उपनगरों में शोर निर्धारित सीमा से कहीं अधिक है।

शोर-प्रदूषण का कुप्रभाव मनुष्यों के साथ-साथ पशु-पक्षियों और पौधों पर भी पड़ता है। मानसिक तनाव, खीझ-खपाव, स्वभाव में चिड़चिड़ापन तथा जल्दबाजी बढ़ती है, जो अपनी बारी में बढ़े हुए रक्त के दबाव में प्रकट होती है। शोर के साथ संवेदनशील व्यक्ति मानसिक रूप से परेशान रहता है। इस कारण घोर उदासी के साथ-साथ नाउमीदी एवं विवशता की भावना बढ़ती है और ये दोनों बातें मनुष्य को आत्मघात के लिए प्रेरित करती हैं। अनेकों झगड़ों का कारण भी शोर-प्रदूषण ही है। नेहरू यूनीवर्सिटी दिल्ली की ओर से कराये एक सर्वेक्षण से ज्ञात हुआ है कि शोर-प्रदूषण के साथ लोगों को बघराहट, ब्लड प्रेशर तथा हृदय के रोग हो जाते हैं। इस सर्वेक्षण के अनुसार लाऊडस्पीकरों के अतिरिक्त लोग शोर के एक अन्य कारण साइरन को सुनने के लिए विवश हैं। देश के कई बड़े अस्पतालों में, जो शोर प्रदूषण वाले क्षेत्रों में स्थित हैं, मरीजों के लिए शांत एवं सुखदायक वातावरण प्रदान करने की कोई गारंटी नहीं दी जाती। पंजाबी यूनीवर्सिटी के मनोचिकित्सिक विभाग द्वारा कराई एक खोज का भी यही निष्कर्ष है कि अधिक शोर वाले माहौल में रहने वाले लोगों को मानसिक रोगों का खतरा मुकाबलन अधिक होता है। खोज के अनुसार शोर जितना अधिक होगा, मानसिक

स्वास्थ्य बिगड़ने का भय उतना ही बढ़ जाता है।

निरंतर ऊंचे शोर भरे वातावरण में रहने से जहां सुनने की शक्ति क्षीण होती है, वहां उठते-बैठते, सोते-जागते कानों में से सां-सां की प्रतिध्वनियां स्वतः ही आने लगती हैं। विभिन्न खोजों के निष्कर्ष स्पष्ट करते हैं कि ८५ डैसीबल से ऊपर के स्वर के प्रभाव में लंबे समय तक रहने से मनुष्य बहरे हो जाते हैं। कुछ औद्योगिक इकाइयों में धातुओं को पीटने का काम करने वाले श्रमिक बहरेपन का शिकार होते देखे गए। वैज्ञानिक तथा समाज-चिंतक अनुमान लगा रहे हैं कि यदि आने वाले दशकों तक शोर-प्रदूषण की प्रक्रिया चलती रही तो आधी से अधिक आबादी बहरी हो सकती है। निरंतर शोर में रहने के कारण दिमाग को रक्त लेकर जा रही धमनियां फैलने से रक्त की सप्लाई कम हो जाती है। परिणामस्वरूप सिर दर्द करने लग जाता है। शोर, मन-मस्तक, केंद्रीय तंत्रिका संस्थान और मेहदे को प्रभावित करता है। मशीनों पर काम करने वाले कुछ श्रमिकों को दिमागी रोगों और कुछ को पेट के रोगों से पीड़ित पाया गया। शोर उंगलियों के पोटों, त्वचा तथा पेट के विभिन्न भागों को जाती रक्त की सप्लाई कम करता है, जिस कारण त्वचा के रोग लगने आरंभ हो जाते हैं। शोर के साथ रक्त में शूगर, क्लोस्ट्रोल और ऐडरीनेलीन आदि का स्तर बढ़ जाता है। यह सभी कुछ स्वास्थ्य को प्रभावित करता है। यहां तक कि शोर-प्रदूषण का प्रजनन-क्रिया पर भी प्रभाव पड़ रहा है। १२० डैसीबल से अधिक आवाज में गर्भवती महिलाओं तथा उनके पेट में पल रहे बच्चों पर बुरा प्रभाव पड़ता है। इस तरह गर्भ में पल रहे बच्चे भी शोर-प्रदूषण की मार से नहीं बच रहे और बच्चों में जन्म के समय अनेकों तरह के बिगाड़ देखने को मिल रहे हैं। निरंतर शोर में रहने से मनुष्य असीम पीड़ा को झेल रहा है।

शोर-प्रदूषण मासूम बालों, रोगियों-बीमारों तथा बुजुर्गों को सर्वाधिक प्रभावित करता है। इस प्रकार शोर प्रदूषण के मध्यस्थ साधारण मनुष्य भी साधारण नहीं रह सकता परंतु बालकों के कानों के परदों के लिए तो यह बेहद घातक है। शोर परस्पर बातचीत में बड़ी रुकावट बनता है और बातचीत को सहज नहीं रहने देता है। तनाव के कारण काम में एकाग्रता कम होती है, नींद कम आती है और इस प्रकार काम करने की योग्यता तथा क्षमता क्षीण हो जाती है। शोर से सूचना प्राप्त करने में कठिनाई आती है और शोर चौकसी कम करता है। आज से ४०-५० वर्ष पूर्व रातें बहुत शांत होती थीं और साधारण मनुष्य मामूली खटखट से ही जाग पड़ता था, परंतु आज साथ पड़े साथी के ऊंचे खर्राटों की आवाज भी सुनाई नहीं देती। कारण? हमारी श्रवण-इंद्रियों के तंतु कमजोर होते जा रहे हैं। शोर के कारण उतेजक रस उत्पन्न करने वाली ग्रंथियों से उत्तेजक रस की मात्रा आवश्यकता से अधिक बढ़ने से जो रोग पैदा हो रहे हैं वे अभी हमारी सोच-समझ का हिस्सा नहीं बने।

परंतु कुछ संवेदनशील व्यक्ति, स्वयंसेवी संगठनों से लेकर कोर्टों और विश्व-स्वास्थ्य संस्था तक शोर-प्रदूषण के खतरों के बारे में सुचेत हैं। उन्होंने ध्वनि के अधिकतम स्तर के बारे में स्तर निर्धारित किये हैं। आवश्यकता इनको लागू कराने और करने की है। मानवी स्वतंत्रता मानसिक शांति के विकास के लिए यह अत्यंत आवश्यक है। भारतीय संविधान की धारा २१ में स्पष्ट रूप में अंकित है कि हरेक

नागरिक को पूर्ण सम्मान तथा आत्म-सत्कार सहित जीने और रहने का अधिकार है और किसी की व्यक्तिगत स्वतंत्रता में किसी को हस्तक्षेप करने का कोई अधिकार नहीं है। इस बात की किसी को अनुमति नहीं दी जा सकती है कि वह अपने घर या व्यक्तिगत क्षेत्र में इतना शोर करे जो उसके व्यक्तिगत क्षेत्र से बाहर निकल कर पड़ोसियों को दुखित करे। भारत के सर्वोच्च न्यायलाय ने रिट नंबर ७२/१९९८ का निर्णय सुनाते हुए कहा था कि धार्मिक स्थानों तथा अन्य ऐसे स्थानों पर प्रतिबंध लगाया जाए। मोटरगाड़ियों के हार्नों से उत्पन्न होता शोर, प्रेशर हार्न, कारों की डैंटिंग-पेंटिंग आदि से आवास-क्षेत्रों में पैदा होता शोर प्रतिबंधयुक्त हो और खुशी के अवसरों या त्योहारों के दिनों में चलाई जाती आतशबाजी को बंद किया जाए।

भारत के सर्वोच्च न्यायलाय ने अलग-अलग रिटों का निपटारा करते हुए १८ जुलाई २००५ को शोर-प्रदूषण के बारे में बहुत महत्वपूर्ण और दूर-प्रभावी निर्णय सुनाते हुए इसके अलग-अलग पक्षों पर और इसको रोकने के लिए विशेष दिशा-निर्देश दिये थे। सर्वोच्च न्यायलाय ने शोर-प्रदूषण को रोकने के संबंध में अमेरिका, इंग्लैंड, जापान, चीन और आस्ट्रेलिया आदि देशों के कानूनों तथा दिशा-निर्देशों का अपने निर्णय का आधार बनाया था। इस निर्णय के अनुसार ऐसा सार्वजनिक स्थान, जहां शोर-प्रदूषण उत्पन्न करने वाले यंत्र लगे हों वहां का शोर बाहर के शोर से १० डैसीबल तक अधिक हो सकता है या फिर यह किसी भी स्थिति में ७५ डैसीबल से अधिक न हो। विशेष परिस्थितियों या संकट स्थितियों को छोड़कर रात १० बजे से प्रातः ६ बजे तक किसी भी प्रकार का शोर प्रतिबंधशुदा है। इस समय के दौरान किसी भी प्रकार का ध्वनि बढ़ाने वाले यंत्र जैसे लाऊड-स्पीकर, हार्न या प्रेशर हार्न लगाने-बजाने पर पूर्ण प्रतिबंध है। किसी भी प्राईविट जगह जहां मैरिज पैलेस आदि में पैदा हुआ शोर आम शोर से मात्र ५ डैसीबल तक अधिक हो सकता है, परंतु इस पर उपर्युक्त अधिक से अधिक ७५ डैसीबल की शर्त लागू नहीं होती। रात १० बजे से प्रातः ६ बजे तक किसी भी किस्म के पटाखे आदि चलाना, हार्न, प्रेशर हार्न और हर प्रकार के शोर पर प्रतिबंध लगाया जाता है।

विश्व स्वास्थ्य संस्था (W.H.O.) की तरफ से निश्चित मापदंडों के अनुसार शोर की सीमा दिन के समय ५५ और रात के समय ४५ डैसीबल तक रहनी चाहिए, जबकि औद्योगिक क्षेत्रों में इसकी सीमा दिन में ७५ और रात को ७० डैसीबल निश्चित है। कारोबारी क्षेत्रों में यह सीमा दिन में ६५ और रात को ५५ और अस्पतालों जैसे शांति की आवश्यकता वाले क्षेत्रों में दिन के समय यह सीमा ५० और रात समय ४० डैसीबल तक ही होनी चाहिए। अस्पतालों, शिक्षा संस्थाओं तथा न्यायलायों के आस-पास १०० मीटर की दूरी तक के क्षेत्र शांत माने जाते हैं। विश्व स्वास्थ्य संस्था तथा भारत के सर्वोच्च न्यायलाय द्वारा निर्धारित स्वरों के स्तरों को सार्वजनिक हित को पूर्णतः लागू करना बनता है। इन दिशा-निर्देशों को लागू करने के लिए डिप्टी कमिशनरों, जिला पुलिस मुखियों को या इनके द्वारा अधिकार दिये गए अधिकारियों को जिम्मेवार ठहराया गया है। परंतु मैरिज पैलेसों, मल्टीपलैक्सिज, बड़े कारोबारी संस्थानों और ट्रांसपोर्ट के मालिकों का राजनीतिवानों तथा ऊंचे अफसरशाहों के साथ गठबंधन और

(शेष पृष्ठ ९१ पर)

आवाज़-प्रदूषण फैलाता है कई रोग

-श्री आर. के. अनंथवाल

हमारे नित्य के जीवन में आवश्यकता से अधिक ऊंचे स्तर को शोर कहा जाता है। यह शोर स्वर का प्रदूषित रूप है, जो हमें मात्र बुरा ही नहीं लगता बल्कि हमारे स्वास्थ्य के लिए भी खतरनाक है। वर्तमान सभ्यता में औद्योगिक उन्नति के साथ-साथ शोर में भी निरंतर वृद्धि हुई है।

मोटर-वाहन, रेलगाड़ियां, विभिन्न मशीनें, लाऊड-स्पीकर, बैंड-बाजे, रेडियो और टैलीविजन (ऊंचे स्तर पर चलने पर) आदि सभी शोर में वृद्धि के कारण हैं। आंकड़ों के अनुसार गत कुछ वर्षों में आवाज की तीव्रता में १० डेसीबल की वृद्धि हुई है।

ज़ीरो डेसीबल आवाज की वह तीव्रता है, जहां से हमें यह दिखाई देने लगती है। धीरे-धीरे गति के साथ २० डेसीबल, बातचीत से ६० डेसीबल और गली-मोहल्लों की आवाज़ों से ४० से ७० डेसीबल तक की आवाज़ उत्पन्न होती है, जो हमारे जीवन में साधारण मानी जाती है। इससे अधिक तीव्रता के बाद शोर की सीमा प्रारंभ होती है।

शोर हमारे स्वास्थ्य के लिए खतरनाक है। इससे बचना आवश्यक है। खोज के अनुसार ८५ डेसीबल से ऊपर की आवाज के प्रभाव में लंबे समय तक रहने वाले मनुष्य बहरे हो सकते हैं। १२० डेसीबल से अधिक आवाज में गर्भवती स्त्रियों और उनके बच्चों पर बुरा प्रभाव पड़ता है।

शोर से हमारे श्रवण-यंत्र प्रभावित होते हैं, जिसका सीधा प्रभाव हमारी कार्य-क्षमता पर पड़ता है। इससे झुंझलाहट उत्पन्न होती है और शारीरिक तनाव बढ़ता है। वैज्ञानिक खोजों से ज्ञात हुआ है कि ऐसी आवाज़ मनुष्य को बहरा बना देती है।

शोर मस्तिष्क, केंद्रीय तंत्रिका संस्थान और अमाशय को प्रभावित करता है। कुछ कारखानों में धातु को पीटने का काम करने वाले श्रमिकों को दिमागी रोगों और कुछ को पेट के रोगों से पीड़ित पाया गया है। अधिकतर देशों में शोर की अधिकतम सीमा ७५ से ८५ डेसीबल निर्धारित की गई है। हमारे देश में कोलकाता, मुंबई और दिल्ली, जो सबसे अधिक शोर वाले नगर माने जाते हैं, में कुछ वर्ष पूर्व शोर की औसत तीव्रता ९० डेसीबल थी। मद्रास में कुछ चुने हुए औद्योगिक क्षेत्रों और भीड़ वाले उपक्षेत्रों एवं अस्पतालों में किये सर्वेक्षण के अनुसार इन सभी स्थानों पर शोर, सहन् करने की सीमा को पार कर चुका है। मुंबई की घनी आबादी में गणेश उत्सव के दिनों में शोर ९७ डैसीबल तक रहता है। आवाज़-प्रदूषण को कम करने के लिए मोटर-वाहनों के तेज हार्न, आतिशबाजी और विभिन्न प्रोग्राम एवं चुनाव-प्रचार के दौरान ऊंचे स्वर में शोर मचाते लाऊड-स्पीकरों आदि पर प्रतिबंध लगा देना चाहिए। कारखानों में मशीनों पर साईलेंसर लगाकर शोर की तीव्रता को कम किया जा सकता है।

शोर उत्पन्न करने वाले कारखानों को

(शेष पृष्ठ १०७ पर)

कैनेडा और भारत (पंजाब) की प्रदूषण-स्थिति में इतना अंतर क्यों है?

*-स. जोगिंदर सिंह जोगी**

प्रदूषण का अर्थ बहुत ही सीधा है- पर (किसी बेगाने की तरफ से या किसी बेगाने का) और दूषण (गंदा करना या होना) भारत में सभी धार्मिक स्थानों में प्रवेश से पूर्व पांव, हाथ धोने आवश्यक समझे जाते हैं। मैं यह रीति या परंपरा बनाने वालों की सूझ-बूझ का ऋणी हूं। और भी ऋणी हूं उस सेवा की रीति बनाने वालों का और सेवा निभाने वालों का क्योंकि इन धार्मिक स्थानों की सेवा-संभाल के कारण इन स्थानों के अंदर प्रदूषण का स्तर बहुत कम होता है और यहां प्रवेश पाकर व्यक्ति साधारण बाहरी प्रदूषण से मुक्त होकर सुख महसूस करता है।

हम धार्मिक स्थानों की स्वच्छता के लिए **'पवित्रता'** शब्द प्रयोग करते हैं और यह हमारी सोच बन चुकी है कि धार्मिक स्थान की सफाई (सेवा) करेंगे तो हमें प्रभु की प्रसन्नता मिलेगी। यह सोच बढ़िया है। परंतु और भी अधिक बढ़िया हो यदि हम इस सोच को धार्मिक स्थानों के साथ-साथ उसके इर्द-गिर्द, अपने पड़ोस, अपने अन्य सभी सामूहिक स्थानों सड़कों और अन्य सभी जगहों तक ले जायें। **'घर'** शब्द मैंने इसलिए नहीं लिखा क्योंकि अपने घर को अथवा घर के विषय पर हर कोई सियाना होता है। कभी भी किसी के घर के अंदर गंद पड़ा हो तथा मालिक को चिंता न हो, ऐसा बहुत कम देखने को मिलता है।

क्या हम अपने घर की सफाई करके कूड़ा-कर्कट सड़क पर फेंककर कभी सोचते हैं कि हमने एक जगह साफ करके दूसरी जगह गंद डाल दिया है? हम क्यों नहीं सोचते कि वह सड़क भी तो हमारी है, हम सभी ने वहां से गुजरना है और उसकी स्वच्छता की जिम्मेवारी हमारी ही है?

कैनेडा में सारा सप्ताह हमें अपने घर का कूड़ा-कर्कट अपने घर के अंदर ही संभालकर रखना पड़ता है। सप्ताह के एक निश्चित दिन की प्रभात को प्रशासन की, गंद उठाने वाली गाड़ी आती है और सभी घरों के बाहर बढ़िया युक्ति से बंद किये हुए लिफाफों में रखा हुआ कूड़ा उठा कर ले जाती है। इन लिफाफों की गिनती और आकार भी निश्चित है ताकि प्रशासन को यह ज्ञात हो कि कितना गारबेज कितनी गाड़ियों ने उठाया।

मुझे अपने ३६ वर्ष पुराने बचपन के समय की गलियों की तस्वीर अब भी स्मरण है और अभी भी मैं गलियों की स्वच्छता में कोई खास अंतर नहीं देख सका चाहे पुराने अथवा पुरानी किस्म के घरों की जगह नये अथवा नयी शैली के घरों का निर्माण हो चुका है। मैं यहां भारत/पंजाब में यह भी देखता हूं कि कैसे कूड़ा उठाने वाली टराली थोड़ा-थोड़ा कूड़ा सारी सड़क पर पासारती हुई चली जाती है। सड़कों पर पड़े कूड़े का गंद धीरे-धीरे हमारे पांवों से सायंकाल तक हमारे घरों के अंदर आ जाता है तथा यह सिलसिला चला रहता है।

यदि कैनेडा में हमारे घर का गंद किसी सप्ताह अधिक हो तो हमें फोन करके साधारण

**36-3525, Brandon Gate, Drive Missisaga on, L4T 3M3, Canada.*

क्रम से अधिक लिफाफा बाहर रखने की अनुमति लेनी पड़ती है और उसके लिए अलग पेमैंट भी करनी पड़ती है। परंतु भारत में लोग अपने घरों की मुरम्मत करने के पश्चात कूड़ा और टूटी-फूटी अवशेष-सामग्री साधारणत: किसी अन्य समीप वाली सड़क के किनारे फेंक देते हैं। क्या हमने सही किया है? और फिर वह कई-कई महीने धूल हवा और ट्रैफिक के साथ उड़-उड़ कर हमारे वातावरण में शामिल होता रहता है जिस द्वारा बीमारी के कीटाणु हमारे शरीर के अंदर आकर हमें बीमार करते हैं।

गलियों से बाहर बड़ी सड़क से होकर आया तो वहां सड़क की अपग्रेडिंग हो रही थी तथा अलग प्राजेकट बन रहा था जिस कारण लोगों के वस्त्र मिट्टी-धूल के साथ भरे जा रहे थे। सड़क पर इतनी धूल थी कि मेरी ऐनक के भीतर से भी धूल बहुत मात्रा में मेरी आंखों में पड़ गई। सड़क पर से गुजर जाओ तो आपका इससे सरोकार समाप्त। प्राईवेट कंपनी जो सड़क पर पुल बनाने का कार्य कर रही थी, मैं नहीं समझता कि इस फैल रहे प्रदूषण से अंजान हो। परंतु प्रदूषण को न फैलाने देने के लिए खर्चे सहन् करने पड़ते हैं। कैनेडा में निर्माण अधीन जगह को सभी ओर से दीवारों के साथ आंखों से ओझल कर दिया जाता है ताकि कोई प्रदूषण न फैल सके। जो ट्रक मिट्टी, रेत आदि लेकर जाते हैं उनके ऊपर एक मोटी, कपड़े की चादर, जो कि एक बटन दबाने से आगे-पीछे हो जाती है, डालने के पश्चात ही ट्रक अपनी यात्रा के लिए चलता है। कोई ट्रक देखकर अनुमान भी नहीं लगा सकता कि इस में मिट्टी या रेत लादी हुई है। यदि कोई ट्रक किसी कारण से सड़क पर गंद डाल अथवा पासार कर गुजर जाए तो पीछे चल रही गाड़ी का ड्राईवर उस ट्रक का नंबर पुलिस को फोन पर बता देता है। शीघ्र ही सरकार गंद का पासार साफ-स्वच्छ करके जुर्माना और की गई सफाई-स्वच्छता के मूल्य का बिल ट्रक की कंपनी को भेज देती है।

भारत में मिट्टी-रेते का ट्रक जा रहा हो तो एक किलोमीटर पीछे तक साफ ज्ञात हो जाता है और पीछे चल रही गाड़ी वाले को विवशता वश अपनी गाड़ी की स्पीड कम करनी पड़ जाती है। यदि मोटर साईकल सवार हो तो उसको स्वयं को सुख प्रदान करने हेतु अवश्य ही रुकना पड़ जाता है।

पंजाब सरकार के कार्यालयों में चाहे कानून कहता हो कि कार्यालय में धूम्रपान/सिगरेटनोशी विवरजत है; कहीं-कहीं लिखा भी मिल जाता है परंतु ऊंचे अधिकारियों के अतिरिक्त अन्य कर्मचारी भी कार्यालय में सिगरेट पीने से गुरेज नहीं करते। कोई उनको कहता नहीं क्योंकि कहोगे तो उसके मुड़ने की उम्मीद नहीं होती। क्या हम प्रदूषण न फैलाने के लिए अपनी जिम्मेवारी समझते हैं? कैनेडा में सभी समुदायक स्थानों पर मैंने कभी भी किसी को सिगरेट पीते नहीं देखा। क्यों? क्योंकि हरेक समुदायक स्थान पर मात्र एक साईन बोर्ड और उसके नीचे कानून का नंबर और जुर्माने की रकम (१००० डालर) लिखी हुई है और कानून का कोई उलंघन नहीं करता।

मुझे भारत में बहुत-बहुत लंबा समय चली जन-मांगें स्मरण हैं जिनमें लोग मात्र अपने शहर में सिगरेट आदि पीने की मनाही की मांग करते रहे परंतु सरकार यह मांग स्वीकार नहीं कर सकी। क्यों? क्योंकि यह मांग किसी विशेष समुदाय के लोगों के द्वारा उठाई गई थीं।

कैनेडा में यदि कोई अचानक नीछ भारत है तो 'सौरी' अवश्य बोलता है क्योंकि वह समझता है कि उस कारण से लोगों का ध्यान

अपने काम से चूक गया और लोग डिस्टर्ब/ परेशान हुए होंगे भाव कि मानसिक प्रदूषण जो उसने पसारा उसके लिए क्षमा मांग लेता है।

इस से ऊपर संजीदगी क्या होगी कि यदि कोई किसी और के समीप अपना बाजू उठाता है जिस कारण किसी दूसरे को उसके नजदीक होना पड़ गया तो वह भी 'सौरी' बोलकर क्षमा अवश्य मांगता है क्योंकि वह सोचता है कि मेरी कछ में से हो सकता है दुर्गंध, दूसरे के नाक तक चली गई हो। कितना छोटा तथा विवश प्रदूषण तथा फिर भी 'सौरी' महसूस करते हैं!

कार्यालय के भीतर के पेशाब घर इतने स्वच्छ कि यूं लगता है कि आज भी नया बनाया हो। हर कोई हाथ धोने के पश्चात स्वयं सिंक के इर्दगिर्द पड़े पानी के छींटों को प्राय: स्वयं साफ कर देता है और पेपर टॉवेल भी ठीक जगह पर ही फेंकता है। फिर भी वाशरूमों में सफाई कर्मियों का नाम, समय एक लिस्ट पर लिखा मिलता है जो यह बताता है कि आखिरी सफाई किस कर्मी ने कब की। आजकल कागजों का प्रदूषण कम करने के लिए मात्र हवा के साथ हाथ सुखाने वाली मशीनों का प्रयोग किया जा रहा है तथा प्रचारा जा रहा है। भारत में हम जानते हैं कि हमारे घर वाले और कार्यालय वाले गुसलखाने के स्तर में कितना बड़ा अंतर है!

किसी रेलवे स्टेशन या बस स्टैंड पर मैंने गंदगी नहीं देखी, क्योंकि हरेक व्यक्ति फालतू टिकट या छिलका आदि रखे हुए गारबेज बिन्न में फेंकना ही उचित समझता है नहीं तो यदि किसी पुलिस या अधिकारी ने देखा तो जुर्माना मुआफ कराने के लिए किसी की सिफारिश भी नहीं चल सकती।

यहां के नदियां-नाले कभी सड़क के किनारों से देखो तो यूं प्रतीत होता है कि पीने वाला स्वच्छ पानी जैसे नदी/नाले में चल रहा हो। नालों के किनारे लगे पत्थर यूं प्रतीत होते हैं जैसे कि बिल्कुल सही रूप में कागज पर नकशा ही बनाया हो। अपने भारत/पंजाब में एक नाले अथवा ड्रेन की पहचान दूर से ही गंदे पानी में बहते पलास्टिक के लिफाफों से हो जाती है।

यहां कैनेडा में हरेक निश्चित समय के पश्चात फैक्टरियों के प्रदूषण की जांच होती है। यदि निश्चित सीमा से अधिक हुआ और फैक्टरी वाले ठीक करने में असक्षम रहे तो हरेक स्थिति में फैकटरी बंद कर दी जाती है। प्रदूषण के साथ पानी के भीतर के जीवों को होने वाले खतरे का ध्यान रखा जाता है ताकि प्राकृतिक वातावरण में गड़बड़ी या प्रदूषण न हो सके। भारत में भी बहुत विभाग यह सब कुछ देखते हैं परंतु कितने प्रभावशील हैं- हमारे सब के सामने है।

गाड़ियों के धूएं का प्रदूषण हरेक वर्ष चैक कराना पड़ता है। मकैनिक का कम्पयूटर सीधा सरकारी विभाग के कम्पयूटर में जानकारी भेज रहा होता है और कोई मकैनिक गाड़ी को पास नहीं कर सकता। यहां कैनेडा में गाड़ियों के धूएं की धारा बहुत कम ही दीखती है। सड़क पर खड़े होकर भी आपके वस्त्र गाड़ियों के धूएं से काले नहीं होते।

पंजाब के सबसे सुंदर नगर चंडीगढ़ में आटोरिक्शों के द्वारा छोड़े जा रहे धूएं की धारा से प्रदूषण का अनुमान सहज ही लग सकता है। आटो रिक्शों की ठक-ठक के साथ जो ध्वनि का प्रदूषण होता है वह भी सहन् करना आसान नहीं।

कैनेडा में यदि किसी मंदिर-गुरुद्वारे या घर में भी हम लंगर/भोजन छकते हैं तो अपने-अपने डोने तथा बर्तन (डिस्पोसेबल) बड़े बढ़िया

ढंग से ठिकाने लगा देते हैं। पंजाब में यदि सड़क पर रात को लंगर लगा हो तो आने वाले दिन की दोपहर तक दूर-दूर डोने तथा पत्तल सड़कों पर खिंडे रहते हैं।

यहां किसी भी बिलिडंग में यदि कोई प्रोग्राम हो रहा हो उसकी आवाज बिलिडंग से बाहर नहीं सुनती और न ही प्रशासन इसकी अनुमति देता है। परंतु भारत में हमें न चाहते हुए भी सुनना पड़ता है। चाहे हमारा दिमाग कितना भी थके, किसी को क्या? कैनेडा में लोग इतना सहज और धीमा बोलते हैं कि तीन चार फुट दूर खड़ा व्यक्ति भी सुन नहीं सकता। कोई शोर इत्यादि का प्रदूषण कहीं नहीं मिलता, क्योंकि सभी ही, सभी के ही प्रति संजीदा हैं।

हमें प्रदूषण फैलाने के प्रति बहुत ही सोझीवान होने की आवश्यकता है, वह चाहे गंदगी का हो, आवाज का या फिर दर्शीय (**Visual**) या फिर भावनात्मिक प्रदूषण।

जो दूषण हमारा शरीर कान, आंखें, मन, गला, नाक या आत्मा नहीं चाहते, वह प्रदूषण है। भारत में इस सब प्रकार के प्रदूषण को रोकने के लिए कठोर कानूनों, कानूनों के पूरी तरह पालन, पढ़ाई में इसकी विषय के रूप में भरपूर शमूलीयत और सूझ-बूझ की अत्यंत सख्त आवश्यकता है। तभी हम अपने धार्मिक स्थानों जैसा अथवा इससे मिलता-जुलता सुख अपने इर्द-गिर्द में से ले सकेंगे।

मानवता के लिए घातक शोर-प्रदूषण *(पृष्ठ ८६ का शेष)*

अफसरशाह पहुंच-दृष्टि के कारण उपर्युक्त दिशा-निर्देश लागू नहीं किये जाते। कभी समाचार पत्रों में पढ़ने या सुनने में नहीं मिला कि कभीं शोर-प्रदूषण के कारण किसी को दण्ड मिला हो।

इस स्थिति में सरकारों तथा समाज सेवक सार्वजनिक संगठनों को पहलकदमी करके एक चेतना लहर बनानी चाहिए। प्राकृतिक वातावरण को प्यार करने वाले इस दिशा में नेता की भूमिका निभा सकते हैं। शैक्षिक संस्थाओं में शोर-प्रदूषण को एक जरूरी विषय के तौर पर अवश्य पढ़ाया जाए। हरेक शैक्षिक सेशन के दौरान हर शैक्षिक संस्था में प्रदूषण के बारे में एक गोष्टि या सेमीनार का आयोजन किया जाए। सरकार ऐसा कानून बनाये तथा लागू करे, जिससे स्थानीय प्रशासन शोर-प्रदूषण उत्पन्न करने वाले यंत्रों को जब्त करके इनके संचालकों को जुर्माना तथा अन्य दण्ड देने को सक्षम हो। शोर रोकने के लिए प्रशासन का उत्तरदायित्व सुनिश्चित बनाया जाए। ध्वनि-प्रदूषण को कम करने के लिए मोटर-वाहनों के तेज हार्न, आतिशबाजी, चुनाव मुहिमों और विभिन्न खुशी के अवसरों के दौरान ऊंची आवाजों में शोर मचाने वाले लाऊड स्पीकरों को बजाने पर प्रतिबंध लगाया जाए। औद्योगिक इकाइयों में मशीनों पर साईलेंसर लगाकर शोर की तीव्रता को कम किया जा सकता है। ये औद्योगिक इकाइयां आवास से दूर लगाई जाएं। अधिक से अधिक वृक्ष लगाकर जहां वातावरण को हरियाली वाला बनाया जा सकता है, वहां इससे ध्वनि-प्रदूषण को भी कम करने में सहायता मिलेगी। प्रदूषण को संतुलित करने में वैसे भी वृक्षों की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है।

पर्यावरण और मानव

-स. मदनपाल सिंघ चिंतक*

साचे ते पवना भइआ पवनै ते जलु होइ ॥
जल ते त्रिभवणु साजिआ घटि घटि जोति समोइ ॥ *(पन्ना १९)*

गुरबाणी के अनुसार ईश्वर से ही पवन (कई प्रकार की गैसें), जल एवं जल से वनस्पति और ८४ लाख योनियों के जीव-जंतुओं की साजना हुई तथा हर किसी में प्रभु की ज्योति समा गई।

धरती के ऊपर तो वनस्पति आदि जीव-जंतु हैं, परन्तु धरती की कोख में खनिज पदार्थ, कोयला, लोहा, सोना, तांबा, पेट्रोलियम आदि पदार्थों का भंडार है। ८४ लाख योनियों में एक योनि मानव की है, जो श्रेष्ठ मानी गई है। यदि इसे हम ईश्वर के लाडले बेटे की संज्ञा दें तो गलत न होगा, क्योंकि लाडले बेटे ही घर को संवारने से बिगाड़ने के लिए काम करते हैं, जबकि दूसरी योनियों में से किसी एक को भी 'ज्ञान' शब्द का ही बोध नहीं। केवल मानव की योनि ही है जो सूझ-बूझ अथवा ज्ञान रखती है, कुछ अच्छा करने के लिए सोच सकती है। अत: मानव यदि चाहे तो अपना और दूसरों का कुछ संवार सकता है और स्वयं वाहिगुरु के साथ अभेद हो सकता है परंतु यदि गलत मार्ग पर चल पड़े तो यह शैतानियत करके सारी दुनिया को खतरे में भी डाल सकता है। कुछ-कुछ इसी तरह का ही अभी तक होता आया है और हो रहा है।

सबसे पहले इसकी नज़र फलदार वृक्षों पर पड़ी, क्योंकि फल खाकर इसकी भूख मिटती थी। तन ढंकने के लिए इसने पेड़ों के पत्ते और पेड़ों की छाल से काम चलाया। पहले यह जानवरों का कच्चा मांस खाकर भी अपनी भूख मिटा लिया करता था, पर फिर ज्ञान विकसित होता गया और आगे के बारे में भुना हुआ मांस खाने लगा। आग के लिए ईंधन की आवश्यकता थी। इसने अपनी आवश्यकता की पूर्ति के लिए पेड़ों को अपना निशाना बनाया। ईंधन के अतिरिक्त इसे अपने लिए कुछ उपयोगी वस्तुओं की भी जरूरत पड़ी। इसने उसके लिए भी पेड़ों को काटकर बल्लियां-फट्टे आदि वस्तुओं का निर्माण कर छोटे-छोटे झोंपड़ीनुमा घर बना कर अपना बचाव साल भर के मौसमों में किया। इसी तरह पेड़ कटते रहे, जंगलों के जंगल साफ होते रहे, हरियाली गायब होती रही। धरती की ऊपरी सतह पर जो उपजाऊ मिट्टी थी, वो पेड़ों की पकड़ में थी, बरसातों में नदियों में बहने लगी, जिससे नदियों का जल-स्तर ऊंचा उठने लगा और बाढ़ का रूप धारण कर धरती की बची हुई उर्वरा-शक्ति का भी नाश होना शुरू हुआ। जिस अनुपात से पेड़ कट रहे हैं उसी अनुपात से पेड़ लगते रहते तो पर्यावरण इतना दूषित न होता। मानव केवल अपनी जरूरतों को ही पूरा करने की सोचता रहा। इसने कभी उससे होने वाले नुकसान के बारे में नहीं सोचा। हालांकि कुछ बुद्धिमान व्यक्ति हुए हैं, जिन्होंने इसे हमेशा पेड़ों की विशेषता एवं

*231, Gana Residency, Kumarswamy Layout, Bangalore-560078

उनके उपयोग के बारे में चेताया। भक्त पूरन सिंघ जी एवं और बहुत सारे नेक पुरुषों ने पर्यावरण को बचाने, पेड़ों की रक्षा करने और अधिक पेड़ लगाने पर जोर दिया है, जिससे हमारी धरती की खोई हुई उर्वरा-शक्ति वापस आ सके और हम अधिक दूषित होते हुए पर्यावरण से बच सकें।

मनुष्य अपनी ज़रूरतें बढ़ाता चला गया है। इसने धरती की कोख को छेदा, जिससे इसे इसके काम की कुछ ज़रूरी धातुएं मिलीं। इससे औजार बने और खेती करने की तरफ इसका रुझान हुआ। कोयला, लोहा, तांबा और पेट्रोलियम पदार्थों जैसी कीमती धातुएं इसके हाथ लगीं। इसने धातुएं निकाल कर उसे अपने उपयोग में लाने के योग्य बनाने के लिए बड़े-बड़े कारखाने लगाए, परंतु धरती की खोखली हुई जगह भरने की इसने उतनी आवश्यकता न समझी जितनी कि जरूरत थी। इसने कई कदम आगे जाकर बड़ी-बड़ी इमारतें खड़ी कर लीं। धरती का खोखलापन कभी भी इनको निगल सकता है। इस तरह की घटनाएं आम सुनने में आती हैं।

जंगलों का कटना, समय पर बारिश न होना मौसम को जहरीला बना रहा है। आक्सीजन का अभाव, कार्बनडाईआक्साईड की वृद्धि मानव और दूसरे जीव-जंतुओं का जीना दूभर कर रही है। पेट्रोल और डीजल से चलने वाले वाहन बहुत बड़े स्तर पर पर्यावरण को दूषित करने का कार्य कर रहे हैं। C. N. G. गैस के निर्माण से पर्यावरण को शुद्ध करने में मदद मिल रही है।

बड़े-बड़े कारखानों में खनिज पदार्थों को शुद्ध करने के बाद मैल, जहरीली गैसें, धुआं वायु को मलिन कर रहे हैं और गंदगी के रूप में बहकर नदियों के जल को गंदा एवं अशुद्ध कर मानव और दूसरे जीव-जंतुओं को मौत के घाट उतार रहे हैं, जिससे इतनी भयानक बीमारियां फैल रही हैं जो लाइलाज हैं। अतः इसके लिए शीघ्र ही कुछ करना होगा।

धरती पर जीवन के लिए दो चीजों — आक्सीजन और पानी की अति आवश्यकता होती है और ये दोनों ही दूषित हो चुके हैं। न केवल दूषित बल्कि अब तो इनके अभाव की भी आशंका हो रही है। समय पर बारिश न होना, सूखा पड़ना, असमय बारिश का होना, बाढ़ आना सभी नुकसानदायक हैं। इसका मुख्य कारण है पेड़ों का कटना अथवा जंगलों का बर्बाद होना, जो समूह मानवता के लिए कष्टदायक एवं जानलेवा है।

दूसरा, हमारी सबसे बड़ी दुश्मन है पोलीथीन की थैलियां, जिनमें खाद्य-सामग्री पैक होती है या जो कैरीबैग का काम करती हैं। चाहिए तो यह था कि उनसे काम लेने के बाद हम उन्हें ठिकाने लगाते, पर ऐसा न करके हम अपना ही नहीं सारी कायनात के लिए खतरा मोल ले रहे हैं। ये उड़ कर, बह कर नालियों को, गटरों को जाम कर देते हैं, जिससे पानी का बहाव रुक जाता है, बदबू आती है, जहरीले मच्छर पैदा हो जाते हैं और हम भयानक बीमारियों का शिकार हो जाते हैं।

अतः हम यदि चाहते हैं कि पर्यावरण को अच्छा कर सकें और हमारा जीवन सदैव सुखदायी हो, जीवन की हरियाली सदा बरकरार रहे तो हमें निम्नलिखित बातों पर ध्यान देना होगा :-

१. जंगलों का काटना कम कर, वायु को शुद्ध करने के लिए घने और छायादार पेड़ लगाने होंगे, जिससे हमें भरपूर मात्रा में आक्सीजन मिल सके और धरती की उर्वरा-शक्ति में वृद्धि हो।
२. धरती की कोख से निकल रहे खनिज पदार्थों

के निकलने के बाद उसमें खाली जगह को भरने के लिए रेत इत्यादि डाल दें, जिससे धरती का धंसना रुक सकेगा।
३. कारखानों से निकली खनिज धातुओं की मैल, गंदे पानी का निकास और उनसे निकली जहरीली गैसों को खपाने के लिए कुछ उपाय करने होंगे, जिससे वायुमंडल एवं नदियों का जल दूषित न हो और पर्यावरण की स्वच्छता भी बनी रहे।
४. पोलीथीन की थैलियों को इधर-उधर न फेंक कर किसी ऐसी जगह रखना होगा जहां इनका दोबारा सदुपयोग हो सके। ये हमारा मित्र के रूप में हमारा साथ दें, इन्हें अपना दुश्मन न बनने दें।

वाहिगुरु कृपा करें, इसी तरह हम उनकी लाडली संतान बने रहें, उनकी खुशियों की पात्रता हम में आए, एक अनुशासित बच्चे बन कर प्रभु-पिता का प्यार हमेशा प्राप्त करते रहें! हम आज ही से इस बात का प्रण लें और पर्यावरण को स्वच्छ रखने में एक-दूसरे की सहायता का आदान-प्रदान करेंगे।

कविता

जंगल

जंगल
मात्र एक शब्द
लेकिन कितना विस्तृत, कितना विशाल!
क्यूं हमने इस शब्द में
असभ्यता-सूचक अर्थ आरोपित किये?
आखिर प्रकृति के प्रति भी
हमारी शोषण प्रवृत्ति
क्यूं बरकरार रहती है?
जंगल तो आभास है अनंत आभा के,
साक्षात् श्री और निधियों के अपार भंडार।
क्यूं 'वहशी' को 'जंगली' कह,
करते हैं तौहीन जंगल की?
इससे पहले कि शोषण का यह घड़ा भरे,
और शोषकों के प्रति विद्रोही चिंगारी फूटे,
जंगल की अस्मिता को, उसके अहं को,
लगने दें न ठेस।
'जंगल' शब्द के उच्चारण मात्र से ही,
साकार हो उठे, एक अनंत दीप्ति,
विशाल भंडार, वनस्पतियों का।
प्रत्यारोपित अर्थों को वापिस लें,
वरना,
'जंगल' शब्द कहीं 'आदमी', गाली के लिए प्रयोग न कर ले।

--Mrs. Raj Sharma, Librarian, R.R. Bawa D.A.V. College For Girls, Batala. (Gurdaspur)

प्रदूषण

*-स. प्यारा सिंघ**

सारी दुनिया प्रदूषण से मुक्ति चाहती है। यह बहुत ही नुकसानदेय है। ज्यादातर हम खुद ही प्रदूषण फैलाते हैं और उसमें फंस कर रह जाते हैं। पोलीथीन लिफाफों की वजह से प्रदूषण ज्यादा फैलता है। हम लिफाफों में जो भी वस्तु बाजार से लाते हैं वस्तु निकालने के बाद हम वह लिफाफा मार्ग में फेंक देते हैं। वो नालियों में बह कर गंदे नाले में जाकर फंस जाता है और पानी का बहाव अवरुद्ध हो जाता है। जब ज्यादा बारिश होती है तो गंदे नाले में रुका हुआ पानी हमारे घरों की तरफ फैलने लगता है और हम खुद इस प्रदूषण के गुलाम बन जाते हैं।

हमारा देश आबादी के हिसाब से दुनिया में दूसरे नंबर पर आता है। हम जन्म-दर को नियंत्रित करने में असफल रहे हैं। पेड़ लगाना तो हम भूलते ही जा रहे हैं। जितने ज्यादा नये पेड़ हम लगाएंगे उतना ही प्रदूषण कम होगा। यह अटल सच्चाई है। हम में से हर एक मनुष्य कम से कम एक-एक, दो-दो वृक्ष तो अवश्य ही लगाए। हम सबको चाहिये कि अपने-अपने घरों में फालतू पानी न इकट्ठा होने दें। पानी की टैंकियों को ढक्कन से अच्छी तरह ढक कर रखें। घर में कूड़ा न पसरने दें।

प्रदूषण से पीने वाला पानी भी बहुत नुकसानदेय हो गया है, इसलिये सभी मनुष्य अपने-अपने घरों का पानी जरूर चैक करवाएं। बारिश के पानी को स्टोर किया जाये। जगह-जगह जहां पानी ज्यादा इकट्ठा हो वहां पर गहरे बोरिंग करवाकर पानी को धरती के नीचे भेजा जाये। इससे पानी-प्रदूषण कम हो सकता है।

त्योहारों को मनाना अच्छा एवं नेक काम है। हम लोग हर साल दीपावली का त्योहार मनाते हैं। क्या यह प्रदूषण नहीं फैलाता? हम एक ही दिन में एक साल के प्रदूषण जितना प्रदूषण फैला देते हैं। यह किस तरह की खुशी है कि हम अपनी खुशी के लिये सबको प्रदूषण में डुबो दें? हमने तो अपने धार्मिक स्थानों को भी नहीं बख्शा, जहां से हम सबको शांति के संदेश मिलते हैं। हमने दीपावली व अन्य पर्वों को केवल आतिशबाजी का त्योहार बना कर इसकी महान पृष्ठभूमि को धुएं के भयानक कवच के नीचे दबा दिया है।

प्रदूषण फैलाकर हम अपने आप को और आने वाली पीढ़ियों को धोखा दे रहे हैं। अब भी जागरूक होने का मौका है। त्योहार सभी मनायें, पर ऐसे ढंग से मनायें जिससे प्रदूषण न फैले और सारा समाज सुखी जीवन जीए।

विद्वानों की खोज के मुताबिक दुनिया में सबसे ज्यादा प्रदूषण पेट्रोल फैलाता है। अगर पेट्रोल के दुष्प्रयोग पर काबू पा लिया जाए तो दुनिया पेट्रोल-प्रदूषण से मुक्त हो सकती है, जैसे कि चीन में कोई एक अकेला मोटर साइकिल और मनुष्य कार नहीं चला सकता। इस तरह का कानून अपने देश में भी बनना चाहिये। हमारे यहां आज एक मंत्री जब आता है तो चार-पांच गाड़ियों में उनके अंगरक्षक बैठे होते हैं। क्या इससे प्रदूषण फैलाने में तीव्र गति नहीं बन रही? अंत में बस यही कहना होगा कि : *"प्रदूषण हटाओ, दुनिया बचाओ!"*

**गांव एव डाक इब्बन कलां, जिला अमृतसर। मो. ९४१७५-२१५२२*

पर्यावरण में बढ़ता प्रदूषण : एक चुनौती

*-स. बिक्रमजीत सिंघ**

दिन-ब-दिन प्रदूषित हो रहे पर्यावरण संबंधी आज भारत ही नहीं बल्कि पूरा विश्व चिंतित है। राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय अध्ययनों से यह नतीजा निकलता है कि मनुष्य ने पर्यावरण को खुद ही प्रदूषित किया है जिसके कारण मनुष्य ने अपनी आने वाली पीढ़ियों के लिए बड़ी चुनौतियों को आमंत्रण दिया है।

चाहे इस बात में कोई शक नहीं कि हम लगातार तरक्की की तरफ बढ़ रहे हैं जिस कारण उद्योगों, फैक्टरियों और रिहायशी क्षेत्रों की लगातार बढ़ोत्तरी हुई है, परन्तु इन सब के साथ-साथ पर्यावरण में असंतुलन भी पैदा हो रहा है। आधुनिकता के इस युग में नवीन तकनीकों ने अनेकों ही प्रकार की सवारी गाड़ियों, मोटर-कारों इत्यादि को जन्म दिया, परन्तु इन मुख्य सुविधाओं के साथ-साथ हमें पर्यावरण को स्वच्छ रखने में बहुत ज्यादा कठिनाइयां पैदा हो रही हैं।

मनुष्य अपनी उन्नति के साथ-साथ अपने विनाश की तरफ भी बढ़ता जा रहा है। फैक्टरियों, उद्योगों इत्यादि में से निकलने वाला धूआं, लगातार वृक्षों की बढ़ती जा रही कटाई मात्र मनुष्य के अस्तित्व को ही नहीं बल्कि पृथ्वी पर रह रहे दूसरे प्राणियों को भी खतरे में डाल रही है, जिसका सबसे बड़ा कारण हर आम इंसान का पर्यावरण की सुरक्षा के लिए जागरूक न होना है।

एक अध्ययन के मुताबिक मानवता के सही विकास और स्वच्छ पर्यावरण के लिए धरती का ५८ प्रतिशत भाग जंगलों से ढका होना चाहिए, जबकि आज पूरे विश्व में १२ फीसदी जंगल बचे हैं और अगर यही हाल रहा तो सन् २०१५ तक यह और कम होकर ५ फीसदी से भी कम रह जाएंगे, जिसके नतीजे पूरी सृष्टि के लिए घातक सिद्ध होंगे।

हमारी आर्थिक तौर से तेजी से आगे बढ़ने की दौड़ ने हमारी इस धरती को एक गंभीर और संकटमयी स्थिति में लाकर खड़ा कर दिया है। धरती के वायुमंडल की ऊपर वाली ओजोन पट्टी में लगातार छेद हो रहे हैं। वर्तमान में मनुष्य का सांस लेना कठिन हो रहा है।

१९वीं और २०वीं सदी के दौरान भारत में जहां औद्योगीकरण में बढ़ोत्तरी हुई है वहीं इसने देश की सामाजिक और आर्थिक स्थिति को भी मजबूत किया है, परन्तु इन सभी के साथ कुछ उलट असर भी पड़े हैं। कोई शक नहीं कि मनुष्य अपनी उन्नति के साथ-साथ पर्यावरण को प्रदूषित करने के लिए भी जिम्मेदार है।

पर्यावरण के इस प्रदूषण को मुख्य तौर पर चार श्रेणियों में बांटा जा सकता है :

१. वायु-प्रदूषण
२. जल-प्रदूषण
३. ध्वनि-प्रदूषण
४. भूमि-प्रदूषण

(१) वायु-प्रदूषण

वायु के बिना हम एक पल भी जीवित

**सपुत्र स. रणजीत सिंघ, २९४६/७, बाजार लोहारां, चौक लछमणसर, श्री अमृतसर।*

नहीं रह सकते। मनुष्य के जीवन के लिए सांस लेना आवश्यक है और सांस के लिए स्वच्छ वायु का होना। हमारी वायु में लगभग ७८ प्रतिशत नाईट्रोजन, १८ प्रतिशत आक्सीजन और ०.०३ प्रतिशत कार्बनडाईआक्साईड और बहुत कम मात्रा में दूसरी गैसें होती हैं। परन्तु जब और कई प्रकार की गैसें जैसे कि कार्बन मोनो-आक्साईड और सलफर डाईऑक्साईड या और कई तरह की गैसों के मिश्रण हवा में मिल जाते हैं तो पर्यावरण का संतुलन बिगड़ जाता है जिसका आम जीवन पर बहुत बुरा प्रभाव पड़ता है।

फैक्टरियों का धुंआ, मशीनों का धुआं, आटो रिक्शों के साईलैंसरों में से निकलने वाला धुआं, जनरेटरों में से निकलने वाला धुआं, खुली हवा में पलासिटिक इत्यादि जलाने के बाद पैदा होने वाली गैसें, गंदगी के बड़े-बड़े ढेरों में से निकलने वाली बदबू इत्यादि । इन सबके अलावा दीपावली की रात चलने वाले पटाखों का धुआं तो पूरे पर्यावरण को ऐसे प्रभावित और प्रदूषित करता है कि दीवाली के कई दिन बाद भी इसका असर महसूस होता रहता है, जिसके कारण कई प्रकार की घातक बीमारियां जन्म लेती हैं और मनुष्य को मौत के मुंह में धकेलती हैं। ये बीमारियां हमारे नेत्रों, नाक, गला, फेफड़ों और श्वास-प्रणाली को बुरी तरह प्रभावित करती हैं। अतः हम यह कह सकते हैं कि वायु का स्वच्छ-साफ होना अत्यंत ज़रूरी है।

(२) जल-प्रदूषण

गुरबाणी में उपदेश है *"पहिला पाणी जीउ है"* और *"पवणु गुरू पाणी पिता"*, परन्तु वर्तमान हालात में हम अमूल्य जल की जो बर्बादी इसे प्रदूषित करके कर रहे हैं, बयान से कहीं बाहर है। जिस जल के बिना जीवन संभव ही नहीं आज उस जल को साफ-स्वच्छ रखने पर हमारा ध्यान ही नहीं। आज उसी जल में हम जहर मिला रहे हैं।

मानव को एक स्वच्छ जीवन जीने के लिए पानी की उतनी ही जरूरत है जितनी साफ-स्वच्छ वायु की। धरती का ७० फीसदी भाग जल और ३० फीसदी भाग जमीन है। पानी की मिकदार ज्यादा होने के साथ इसमें प्रदूषण की मिकदार भी कम नहीं। पानी को प्रदूषित करने में हमारे बड़े उद्योग, फैक्टरियां इत्यादि सबसे ज़्यादा जिम्मेदार हैं। इन उद्योगों, फैक्टरियों द्वारा फालतू कचरा और तरल पदार्थों को नालों के जरिये साथ लगती नहरों, झीलों या तालाबों के साथ जोड़ दिया जाता है, जिससे पानी प्रदूषित होने के साथ जहरीला भी हो जाता है, क्योंकि यह पानी तेजाबी पदार्थों और गैसों का मिश्रण बन जाता है। इन सभी के अलावा रोजाना जीवन में घरों में इस्तेमाल होने वाला साबुन, सोडा, लीसापोल, सर्फ इत्यादि ज्यादा मात्रा में प्रयोग करने से भी पानी प्रदूषित होता है। नदियों, नालों के किनारों पर गंदगी फैलाने और कपड़े इत्यादि धोने से पानी में अत्यंत गंदगी फैलती है, जिस कारण समूचा कुदरती पर्यावरण प्रदूषित होता है।

(३) ध्वनि-प्रदूषण

पर्यावरण के प्रदूषित होने का एक बड़ा कारण ध्वनि प्रदूषण भी है, जो केवल पयावरण को ही नहीं बल्कि धरती पर रह रहे हर प्राणी, जीव-जंतु को भी प्रभावित करता है।

बड़े-बड़े उद्योगों से पैदा होती अनचाही आवाज़ें, हवाई जहाज़ों की उड़ानें, परिवहन के अलग-अलग स्रोत, वाहनों के ऊंचे तेज हार्न, उद्योगों में काम आने वाली वे मशीनें जिनकी आवाज आस-पास के कई इलाकों को प्रभावित

करती है, इत्यादि सब कुछ ने हमारे पर्यावरण को अत्यंत प्रभावित किया है।

आज हमारे समाज में विवाह, शादियों, पार्टियों, देर रात तक चलने वाले समागमों में बहुत ऊंची आवाज में लाऊड स्पीकर, ढोल, बाजे, आर्केस्टरा, आतिशबाजी इत्यादि को मनोरंजन और आनंद प्रदान करने का एक साधन मात्र समझा जाता है। ऐसे कार्यक्रमों के कारण कई बार दूसरे लोगों के जीवन में कठिनाइयां पैदा होती हैं।

ध्वनि प्रदूषण इंसानी स्वभाव में चिड़चिड़ापन पैदा करता है। कान फाड़ता हुआ शोर बहुत ही गंभीर और नुकसानदेय दिमागी प्रभावों एवं बीमारियों को जन्म देता है।

(४) भूमि-प्रदूषण

पर्यावरण प्रदूषण का एक अन्य रूप भूमि-प्रदूषण है। गुरबाणी के अनुसार जहां पवन गुरु और पानी पिता स्वरूप है वहीं धरती को दर्जा मिलता है माता का, परन्तु हम आज इसी धरती को प्रदूषित और बंजर करने पर तुले हुए हैं।

जैसे कि पहले बताया गया है कि पृथ्वी का बहुत कम हिस्सा, लभगभ १/४ भाग जमीन है और इसका भी आधा भाग मरुस्थल और पहाड़ों के कारण रहने और खेती योग्य नहीं है। इसलिए पृथ्वी ऊपर काम आने योग्य भूमि सीमित है। मनुष्य अपने कई तरीकों से भूमि और मिट्टी को प्रदूषित करता है।

घरों, होटलों आदि में से निकलने वाली गंदगी, उद्योगों का व्यर्थ कचरा, छिड़काव करने वाली तरह-तरह की कीटनाशक जहरीली दवाइयां, बड़े-बड़े शहरों में सब्जी मंडियों के गले-सड़े फल और गली-सड़ी हुई सब्जियों के ढेर। सार्वजनिक स्थानों पर इंसानी मल-मूत्र, उद्योगों की भट्टियों में अधजले पदार्थ और उनमें से निकला अधजला बूरे जैसा पदार्थ—ये सभी जहां पर्यावरण प्रदूषण का एक बड़ा कारण हैं वहां ये सभी जहरीले और अनावश्यक पदार्थ भूमि की संरचना को नष्ट कर देते हैं। ज़मीन में नाईट्रोजन का स्थिरीकरण खत्म होता जा रहा है।

आज के युग में भूमि के खराब होने का एक बड़ा कारण यह है कि आज जहां हम अपनी सुख-सहूलतों के लिए ऊंचे-ऊंचे होटल, रेस्तरां इत्यादि बना रहे हैं वहीं इनके नीचे गहरी खुदाई कर जमीनदोज क्षेत्र भी बना रहे हैं, जिसके कारण जहां भूमि खुर रही है वहीं प्राकृतिक आपदाओं को भी बुलावा दे रहे हैं, जिससे बाढ़, भूकंप इत्यादि के समय काफी गंभीर स्थिति उत्पन्न हो सकती है।

समाधान

भारतीय दंड कोड भी पर्यावरण प्रदूषित करने को एक जुर्म मानता है। इसके अलावा संयुक्त राष्ट्र भी इस विश्वव्यापी समस्या को खत्म करने के लिए काफी प्रयत्नशील है जिससे पर्यावरण के प्रदूषण को कम करने के लिए कई सिद्धांत और नियम बनाए गए हैं।

राष्ट्रीय पर्यावरण योजना और तालमेल कमेटी सरकार के सुझाव अदारे के रूप में स्थापित की है। इस पर्यावरण की सुरक्षा के लिए १९८० से पर्यावरण विभाग भी कायम किया जा चुका है। परन्तु इन सभी के साथ पर्यावरण की सुरक्षा केवल कानून पास करने या कमेटियों का गठन करने से संभव नहीं होगी बल्कि हमें व्यवहारिक रूप में अपनाने की भी ज़रूरत है। हमें इसके प्रति खुद जागरूक होना पड़ेगा और दूसरों को भी जागरूक करना पड़ेगा।

(शेष पृष्ठ १०० पर)

वातावरण-चेतना : उपयोगिता और आवश्यकता

-बीबी सुखवंत कौर*

गगन मै थालु रवि चंदु दीपक बने तारिका मंडल जनक मोती ॥
धूपु मलआनलो पवणु चवरो करे सगल बनराइ फूलंत जोती ॥१॥ कैसी आरती होइ ॥
भव खंडना तेरी आरती ॥ *(पन्ना १३)*

गुरु नानक साहिब जी की इस पावन बाणी में प्रकृति का वर्णन किया गया है। सारी सृष्टि उस अकाल पुरख की आरती कर रही है। इस बाणी को पढ़कर प्रकृति का कितना अच्छा माहौल मन में चित्रित होता है! पर साथ ही मन में चिंता की एक लकीर सी खिंच जाती है। हम जो प्रकृति के साथ खिलवाड़ कर रहे हैं, उसके फलस्वरूप हमारी आने वाली पीढ़ियां ऐसी सुगंधित वायु, हरी-भरी वनस्पति, फूल और स्वच्छ पानी का आनंद उठा भी पायेंगी या नहीं? यह जो हरे-भरे पेड़-पौधों की जगह हम बढ़ते हुए कंकड़ के जंगल निर्मित कर रहे हैं, उनमें हमारी संतानों को सेहतमंद जीवन मिल भी पायेगा या नहीं? यह सोचने वाली बात है, क्योंकि हमारा पर्यावरण दिन-ब-दिन बहुत तीव्रता के साथ प्रदूषित हो रहा है।

"पर्यावरण" दो शब्दों से मिल कर बना है—परि+आवरण। "परि" का अर्थ है 'हमारे चारों तरफ' और "आवरण" का अर्थ है 'ढका हुआ', अर्थात् हमारे चारों तरफ का आवरण जो मिट्टी, पानी और हवा से ढका हुआ है। यह पर्यावरण आज प्रदूषित हो चुका है। इस प्रदूषण के कई रूप हैं, जैसे वायु-प्रदूषण, जल-प्रदूषण, मिट्टी-प्रदूषण, ध्वनि-प्रदूषण और विकिरन-प्रदूषण आदि।

इस दूषित वातावरण में हमारा तो क्या जीव-जन्तुओं का सांस लेना भी दूभर हो रहा है! दिल्ली जैसे महानगरों में १० में से २ बच्चों को दमे और सांस की बीमारी है। पंजाब खेतीबाड़ी यूनीवर्सिटी की रिपोर्ट के अनुसार २०२५ तक पंजाब के ट्यूबवेल एक बूंद भी पानी नहीं देंगे। सोचो! अगर कृषिप्रधान राज्य में यह हाल होगा तो बाकी राज्य तो रेगिस्तान ही बन जायेंगे :

गर इसी तरह पिंडा नंगा होता रहा धरत का,
तो एक दिन गुलशन साहिरा में बदल जायेगा।

अगर धरती के पूरे पानी को एक गैलन के रूप में देखा जाये तो उसमें पीने योग्य पानी सिर्फ एक चम्मच है। इसी तरह बढ़ती हुई ट्रैफिक व्यवस्था के कारण धुआं और शोर भी बढ़ रहे हैं। आधुनिक मानव ने अपनी सुविधा के लिए इतनी ऐसी चीजों की खोज कर ली है जो कि री-साइकिल भी नहीं हो सकतीं। उदाहरण के लिए इतने उपग्रह आकाश में भेजे जा चुके हैं जो टूट-फूट कर आकाश में ही लटके रहने को विवश हैं। इन सब ने आकाश को भी एक कूड़ेदान में बदल दिया है। इन सबसे मौसम भी तबदील हो रहे हैं।

आज हालात ये हैं कि १७ लाख जीवों की नस्लों में से एक नस्ल प्रति घंटा वातावरण के प्रदूषण के कारण नष्ट हो रही है। विश्व बैंक

*२६४६, गली नं: ३, तहसीलपुरा, श्री अमृतसर।

की रिपोर्ट के अनुसार अकेले भारत में हर साल ४५५० करोड़ रुपये प्रदूषण के कारण होने वाली बीमारियों पर खर्च हो रहे हैं, जो अगर रोजगार के साधनों पर खर्च हों तो १० साल तक बेरोजगारी की समस्या से निजात पाई जा सकती है।

आज प्रदूषण की गंभीर समस्या से निपटने के लिये ठोस कदम उठाने की आवश्यकता है। कुछ जागरूक लोग आगे आये हैं और माट्रीअल, रिउ-डी-जेनेरीओ, कऊरी, बेलगृह और कई स्थानों पर सम्मेलन करवा कर कई अहम फैसले भी लिए गए हैं, पर ज़रूरत है इनको युद्ध स्तर पर अमल में लाने की। संसार के सारे विकासशील देश एकजुट होकर इसके लिए काम करें। स्वयंसेवी संस्थाओं को मान्यता और आवश्यक मात्रा में आर्थिक मदद देनी चाहिए। सभी वाहन कंपनियों को निर्देश दिये जायें कि वे सी. एन. जी. से चलने वाले वाहन बनायें, नये पौधे लगाए जायें, जल-संसाधनों को गंदा न करने का कानून हो। अंधाधुंध निर्माण-कार्य रोकने चाहिए। खेती में बनावटी खादों व दवाइयों का उपयोग एक सीमा से अधिक न हो। जागरूकता के लिए संचार-माध्यमों का उपयोग करना चाहिए।

पर्यावरण संरक्षण और आर्थिक प्रगति में तालमेल करके चलने से ही मानव सभ्यता विनाश से बच सकती है। इसके लिए ज़रूरी है कि वैभव, विलास और अत्यधिक उपयोग वाली जीवन-पद्धति छोड़कर सादा जीवन जीयें, तभी आने वाली पीढ़ी हरी-भरी प्रकृति से जुड़कर सुख से जी सकेगी।

पर्यावरण में बढ़ता प्रदूषण : एक चुनौती

(पृष्ठ ९८ का शेष)

बड़े-बड़े उद्योगों की जगह निर्धारित करनी चाहिए, इन्हें रिहाइशी इलाकों से दूर रखना चाहिए। नये उद्योग स्थापित करने के लिए लाईसंस उन व्यक्तियों को जारी करने चाहिएं जो 'प्रदूषण विरोधी' तकनीक की शर्तें पूरी करते हों। लोगों को खुद पर्यावरण में से प्रदूषण कम करने के लिए आगे आना चाहिए। फजूल का ईंधन जलाने से संकोच करते हुए हमें कम से कम गाड़ियों का प्रयोग करना चाहिये। ECO Friendly Vehicles का प्रयोग करना चाहिये जो कि पर्यावरण की सुरक्षा एवं स्वच्छता के लिए सहायक सिद्ध होते हैं। स्वयंसेवी जत्थेबंदियां अथवा संगठन कायम करके लोगों को पर्यावरण में फैल रहे प्रदूषण को कम करने के लिए जागरूक और उत्साहित करना चाहिए। इसके अलावा स्कूलों, कॉलेजों में विद्यार्थियों का इसके प्रति जागरूक होना बहुत आवश्यक है। हमारे संविधान ने भी पर्यावरण की सुरक्षा का विशेष रूप से जिक्र किया है। हमें पर्यावरण की सुरक्षा हेतु सभी संभव प्रयत्न करने चाहिएं। इन सभी के साथ आम नागरिक के भी कुछ कर्त्तव्य हैं। हर नागरिक का यह मुख्य कर्त्तव्य है कि वह प्रकृति के पर्यावरण को सुरक्षित बनाए रखे।

अगर हम इन सभी बातों पर अमल करेंगे तभी हमारी आने वाली पीढ़ियां 'प्रदूषण-मुक्त पर्यावरण' की मंजिल की ओर आगे कदम रख सकेंगी।

गुरबाणी राग परिचय-१७

राग गोंड

*-स. कुलदीप सिंघ**

श्री गुरु ग्रंथ साहिब में राग गोंड की बाणी क्रमांक १७ पर राग बिलावल के बाद १७ पन्नों (८५९-८७५) में अंकित है। राग गोंड का उल्लेख रागमाला में मेघ राग की रागिनी के रूप में किया गया है :

—सोरठि गोंड मलारी धुनी ॥
पुनि गावहि आसा गुन गुनी ॥ (पन्ना १४३०)
—मेरे मन हरि ऊपरि कीजै भरवासा ॥
(पन्ना ८६०)

राग गोंड में संकलित बाणी में केवल एक अष्टपदी है, बाकी सब शबद हैं। सम्पूर्ण श्री गुरु ग्रंथ साहिब की रागों में संकलित बाणी में गोंड ही एक मात्र ऐसा राग है जिसमें गुरु-बाणी और भक्त-बाणी के विस्तार में संतुलन है। इस राग में श्री गुरु रामदास जी तथा श्री गुरु अरजन देव जी द्वारा रचित २८ शबद हैं तथा भक्त कबीर जी, भक्त नामदेव जी और भक्त रविदास जी द्वारा रचित २० शबद हैं।

राग के आरंभ में श्री गुरु रामदास जी के छ: शबद एक इकाई के रूप में हैं, जिनके अंत में छका १ अंकित है। इस इकाई के प्रथम पांच शबद मन को सम्बोधित हैं। इन शबदों की पंक्तियां सामान्य शबदों की पंक्तियों से अधिक मात्रायों की हैं। प्रथम दो शबदों में जगदीश अथवा हरि पर आशा और भरोसा रखने का उपदेश है :

मेरे मन आसा करि जगदीस गुसाई ॥
जो बिनु हरि आस अवर काहू की कीजै सा निहफल आस सभ बिरथी जाई ॥ (पन्ना ८५९)
जह जाईऐ तह नालि मेरा सुआमी हरि अपनी पैज रखै जन दासा ॥ (पन्ना ८६०)

आशा और भरोसे के बाद हरि-ध्यान, हरि-भजन और हरि-जप का उपदेश है :

—मेरे मन अनदिनु धिआइ नामु हरि जपना ॥
(पन्न ८६०)
—मेरे मन नामु हरी भजु सदा दीबाणु ॥ . .
मेरे मन हरि जपि हरि नित पड़ईऐ ॥
(पन्ना ८६१)

श्री गुरु रामदास जी के छ: शबदों में अंतिम शबद मार्मिक और भावपूर्ण है। इसके प्रत्येक पद में एक पंक्ति है—मेरे मन में हरि-प्रेम का तीर गहरा घाव कर गया है। मेरे हृदय की पीड़ा भी वही जानता है, जिसने मुझे घायल किया है :

हरि दरसन कउ मेरा मनु बहु तपतै जिउ त्रिखावंतु बिनु नीर ॥१॥
मेरै मनि प्रेमु लगो हरि तीर ॥
हमरी बेदन हरि प्रभु जानै मेरे मन अंतर की पीर ॥१॥रहाउ॥
मेरे हरि प्रीतम की कोई बात सुनावै सो भाई सो मेरा बीर ॥२॥
मिलु मिलु सखी गुण कहु मेरे प्रभ के ले सतिगुर की मति धीर ॥३॥
जन नानक की हरि आस पुजावहु हरि दरसनि सांति सरीर ॥४॥ (पन्ना ८६१)

राग गोंड में श्री गुरु अरजन देव जी के

**सी-१२७, गुरु तेग बहादर नगर, इलाहाबाद-२११०१६*

२२ शबद हैं, जिनके पदों की रचना अधिकांशत: सरल चौपई छंदों में है। तीन शबदों के आरम्भिक पद में गुरु-महिमा-गायन है :

गुर की मूरति मन महि धिआनु ॥
गुर कै सबदि मंत्रु मनु मान ॥
गुर के चरन रिदै लै धारउ ॥
गुरु पारब्रहमु सदा नमसकारउ ॥ . . .
गुरू गुरू गुरु करि मन मोर ॥
गुरू बिना मै नाही होर ॥
गुर की टेक रहहु दिनु राति ॥
जा की कोइ न मेटै दाति ॥१॥ . . .
गुरु मेरी पूजा गुरु गोबिंदु ॥
गुरु मेरा पारब्रहमु गुरु भगवंतु ॥
गुरु मेरा देउ अलख अभेउ ॥
सरब पूज चरन गुर सेउ ॥ (पन्ना ८६४)

गुरु-महिमा के बाद राम-नाम-कीर्तन (शबद १०), हरि-गुण-गायन (शबद १६) तथा नारायण सुमिरन (शबद १९) के शबद धारा-प्रवाह शैली में परमात्मा से जोड़ते हैं। वास्तव में जीवात्मा परमात्मा अद्वैत है। जीवात्मा स्वयं पारब्रह्म का रूप है। आध्यात्मिक की यह कथा अनुपम है। जीवात्मा परमात्मा का अंश है। इसके गुण परमात्मा के गुणों से मिलते हैं। पूर्ण प्रभु के समग्र रूप से कुछ गुण विशेष हैं किन्तु तात्विक दृष्टि से जीवात्मा तथा परमात्मा एक ही तत्व हैं। श्री गुरु अरजन देव जी आत्मा के इन गुणों की व्याख्या अपने शबद में करते हैं :

अचरज कथा महा अनूप ॥
प्रातमा पारब्रहम का रूपु ॥रहाउ॥
ना इहु बूढा ना इहु बाला ॥
ना इसु दूखु नही जम जाला ॥
ना इहु बिनसै ना इहु जाइ ॥
आदि जुगादी रहिआ समाइ ॥१॥
ना इसु उसनु नही इसु सीतु ॥
ना इसु दुसमनु ना इसु मीतु ॥
ना इसु हरखु नही इसु सोगु ॥
सभु किछु इस का इहु करनै जोगु ॥२॥
ना इसु बापु नही इसु माइआ ॥
इहु अपरंपरु होता आइआ ॥
पाप पुंन का इसु लेपु न लागै ॥
घट घट अंतरि सद ही जागै ॥३॥
तीनि गुणा इक सकति उपाइआ ॥
महा माइआ ता की है छाइआ ॥
अछल अछेद अभेद दइआल ॥
दीन दइआल सदा किरपाल ॥
ता की गति मिति कछू न पाइ ॥
नानक ता कै बलि बलि जाइ ॥ (पन्ना ८६८)

श्री गुरु अरजन देव जी ने इस शबद में परमात्मा, आत्मा, शक्ति तथा महामाया की व्याख्या पर गुरमति विचार व्यक्त किया है। महामाया या प्रकृति कर्ता पुरख से उत्पन्न एक शक्ति है, जो उसी की छाया-रूप है। प्रकृति या महामाया के होने से प्रभु स्वयं अभेद है, प्रभु की गति (व्यवहार) और मिति (स्थिति या विस्तार) अकथ है।

राग गोंड की भक्त-बाणी में भक्त कबीर जी के ११ शबद हैं। श्री गुरु अरजन देव जी के उक्त शबद से संबंधित विचार को भक्त कबीर जी द्वारा वर्णित शबदों को भी इसी राग में संकलित किया है। परमात्मा ने पांच तत्वों से काया बनाई है, किन्तु वे तत्व कहां से बनाये हैं? वास्तव में तत्व परमात्मा का स्वरूप हैं, गगन या आकाश-तत्व प्रभु का रूप है। शरीर रूपी घड़े के नष्ट होने पर उसमें स्थित गगन का नाश नहीं होता। घड़ा गगन में है और गगन घड़े में है। इसी प्रकार शरीर हरि में है और हरि शरीर में है :

हरि महि तनु है तन महि हरि है सरब निरंतरि

सोइ रे ॥ (पन्ना ८७०)

श्री गुरु अरजन देव जी तथा भक्त कबीर जी का उक्त कथन ठोस दार्शनिक चिंतन है। इसी क्रम में भक्त कबीर जी के जीवन की सत्य-कथा का सन्दर्भ है। शरीर में संत-जनों का प्राण तुरीया अवस्था में प्रभु में निवास करता है और वह परमत्मा के संरक्षण में रहता है। भक्त कबीर जी के शरीर को जब हाथी से कुचले जाने का आदेश हुआ तो प्रभु की शक्ति से हाथी भक्त कबीर जी को नमस्कार कर लौट गया :

कहि कबीर हमरा गोबिंदु ॥
चउथे पद महि जन की जिंदु ॥ (पन्ना ८७१)

भक्त कबीर जी ने जीवात्मा को परमात्मा का अंश कहा है। श्री गुरु अरजन देव जी ने अपने शबद में भक्त कबीर जी की शैली को अपनाया है :

ना इहु मानसु ना इहु देउ ॥
ना इहु जती कहावै सेउ ॥
ना इहु जोगी ना अवधूता ॥
ना इसु माइ न काहू पूता ॥ . . .
कहु कबीर इहु राम की अंसु ॥
जस कागद पर मिटै न मंसु ॥ (पन्ना ८७१)

आत्म-ज्ञान के बाद परमात्मा की सहज साधना सम्बंधी धारणा स्पष्ट की गई है। भक्त कबीर जी के अन्तिम शबद में प्रभु-आराधना में अनाज (भोजन) की भूमिका का उल्लेख है। परमात्मा ने ही अनाज बनाया है। जैसे हम अन्न स्वाद से खाते हैं वैसे ही प्रभु का नाम स्वाद से लेना चाहिए। जो अन्न का त्याग करते हैं वे पाखंडी हैं। अन्न के बिना खुशहाली नहीं आती और परमात्मा भी नहीं मिलता। अन्न धन्य है जिसके खाने से शरीर स्वस्थ रहता है।

भक्त नामदेव जी अपने आलसी मन को प्रभु के भजन का उपदेश देते हैं, जिसके लिए चित्त की एकाग्रता आवश्यक है। प्रभु-नाम में एकनिष्ठा होना आवश्यक है। प्रभु-नाम के बदले में सभी को न्योछावर कर देना चाहिए। प्रभु के साक्षात्कार से व्यक्ति आत्म-ज्ञानी हो जाता है, वह मतभेद भूल जाता है। साधक का लक्ष्य सत्य का साक्षात्कार है, जहां उपासना में किसी विशेष स्थान या मूर्ति का आग्रह नहीं होता।

हिंदू अंन्हा तुरकू काणा ॥
दुहां ते गिआनी सिआणा ॥
हिंदू पूजै देहुरा मुसलमाणु मसीति ॥
नामे सोई सेविआ जह देहुरा न मसीति ॥
(पन्ना ८७५)

राग गोंड में भक्त रविदास जी प्रभु को 'मुकंद' नाम से स्मरण करते हैं। हमारा जीवन और मरण उसी प्रभु को समर्पित है। परमात्मा के सेवक को सदा आनंद ही आनंद प्राप्त होता है :

मुकंद मुकंद जपहु संसार ॥
बिनु मुकंद तनु होइ अउहार ॥
सोई मुकंदु मुकति का दाता ॥
सोई मुकंदु हमरा पित माता ॥१॥
जीवत मुकंदे मरत मुकंदे ॥
ता के सेवक कउ सदा अनंदे ॥ (पन्ना ८७५)

गुरबाणी चिंतनधारा-२९

जापु साहिब की विचार व्याख्या

*-डॉ. मनजीत कौर**

त्रिसाकं सरीक हैं ॥ अमितो अमीक हैं ॥
सदैवं प्रभा हैं ॥ अजै हैं अजा हैं ॥१४९॥

हे निरंकार! तेरा कोई शरीक नहीं है। तू अत्यंत गहरा है। तेरी गहराई को नापा नहीं जा सकता। तू सदा ही प्रकाश-स्वरूप है। तुझे कोई जीत नहीं सकता। तू जन्म में नहीं आता।

'त्रिसाकं' शब्द के अर्थ कुछ विद्वानों के चिंतनानुसार सम्बंधी (रिश्तेदार) माना गया है। इस आशयानुसार दुनिया में सबका कोई न कोई रिश्तेदार, सगा-सम्बंधी है, लेकिन उस प्रभु का संसारी मनुष्यों की तरह कोई सगा-संबंधी नहीं है।

भगवती छंद ॥ त्व प्रसादि ॥
कि ज़ाहर ज़हूर हैं ॥ कि हाज़र हजूर हैं ॥
हमेसुल सलाम हैं ॥ समसतुल कलाम हैं ॥१५०॥

भगवती छंद में उसकी कृपा से उच्चरित प्रस्तुत बंद में गुरु कलगीधर पातशाह फरमान करते हैं कि हे वाहिगुरु! तेरा तेज स्पष्ट दिखाई देता है, क्योंकि तू सर्वत्र मौजूद है एवं प्रत्येक के पास है। तू सदैव कायम रहने वाला है। सभी जीव तेरा ही गुणगान करते हैं। वह परमेश्वर जर्रे-जर्रे में विद्यमान है। हे प्रभु! तू सदैव कायम रहने वाली हस्ती है। "समसतुल कलाम" शब्द के अर्थ डॉ. अजीत सिंघ अमृतसर के अनुसार, तू समस्त जीवों की बोली का विषय है अर्थात् सृष्टि के सारे जीव तेरा ही गुणगान करते हैं क्योंकि वह परमेश्वर गुणों का अथाह सागर है।

कि साहिब दिमाग़ हैं ॥ कि हुसनल चराग़ हैं ॥
कि कामल करीम हैं ॥ कि राज़क रहीम हैं ॥१५१॥

हे वाहिगुरु! तू बड़ी ऊंची समझ का मालिक है। तू सौन्दर्य का चिराग है। तू समस्त प्राणियों पर अत्यंत रहमतें बरसाने वाला तथा सबको रिज़क पहुंचाने वाला है और तू समूची दुनिया पर रहम करने वाला है।

अर्थात् वह परमेश्वर श्रेष्ठ बुद्धि का मालिक है, सौन्दर्य की प्रतिमा है, सब पर दया करने वाला और सुंदरता का भंडार है। हे प्रभु! तू परम कृपालु है।

अत: जैसे दीपक जलने से अंधकार दूर हो जाता है वैसे ही ईश्वर के हृदय में बस जाने से सारा अज्ञान रूपी अंधकार दूर हो जाता है।

कि रोज़ी दिहिंद हैं ॥ कि राज़क रहिंद हैं ॥
करीमुल कमाल हैं ॥ कि हुसनल जमाल हैं ॥१५२॥

हे प्रभु! तू सबको रोजी देने वाला है। तू सबको बंधनों से मुक्त करने वाला है। तू पूर्णतया जीवों पर रहमतें करने वाला है। तू अति सुंदर है। वह प्रभु सब जीवों को रोजी, रिजक देने वाला, समस्त बंधनों से छुड़ाने वाला, रहमतों का सागर है तथा सौन्दर्य का शिखर है अर्थात् अत्यंत सुंदर है।

ग़नीमुल ख़िराज हैं ॥ ग़रीबुल निवाज़ हैं ॥
हरीफुल शिकंन हैं ॥ हिरासुल फ़िकंन हैं ॥१५३॥

हे वाहिगुरु! तू शत्रुओं को दंड देने वाला है तथा गरीबों को मान-सम्मान देने वाला है। दुश्मनों का विनाश करने वाला तथा भय से मुक्त करने वाला है अर्थात् जो तेरी शरण में आ जाता है उस जीव को किसी भी तरह का कोई भय शेष नहीं रह जाता।

**२/१०४, जवाहर नगर, जयपुर (राजस्थान)-३०२००४ मो: ०१४१-२६५०३७०*

विचारणीय तथ्य है कि दुनिया का डर जीव को कायर बना देता है जबकि ईश्वर का भय हृदय में बने रहने से जीव बेखौफ होकर विचरण करता है, उसे आत्मिक बल एवं आत्मिक अडोलता की अवस्था प्राप्त हो जाती है।

वस्तुत: जो उसकी शरण में रहते हैं उन्हें प्रभु मान-सम्मान बख्शता है। इसके विपरीत जो उसके समक्ष अभिमान करता है उसे केवल पछताना ही पड़ता है।

कलंकं प्रणास हैं ॥ समसतुल निवास हैं ॥
अगंजुल ग़नीम हैं ॥ रजाइक रहीम हैं ॥१५४॥

हे वाहिगुरु! तू सब तरह के कलंकों को दूर करने वाला है। समस्त जीवों में तेरा निवास है। शत्रु तुझे जीत नहीं सकता। तू सबको रोजी देने वाला तथा सब पर रहम करने वाला है।

प्रस्तुत बंद में कलगीधर पिता उस परमेश्वर का गुणगान करते हुए फरमान करते हैं कि हे वाहिगुरु! तू हर तरह के कलंकों को मिटाने वाला अर्थात् दोषों-गुनाहों को दूर करने वाला है। वह सब में निवास करने वाला भी है, यथा गुरबाणी का फरमान है :

सभै घट रामु बोलै रामा बोलै ॥
राम बिना को बोलै रे ॥ (पन्ना ९८८)

ऐसे परमेश्वर को कोई वैरी जीत नहीं सकता। ऐसे शक्तिशाली प्रभु से गुरु पातशाह ने विनती की है कि :

तव चरनन मन रहै हमारा ॥
अपना जान करो प्रतिपारा ॥१॥
हमरे दुसट सभै तुम घावहु ॥
आपु हाथ दै मोहि बचावहु ॥
सुखी बसै मोरो परिवारा ॥
सेवक सिक्ख सभै करतारा ॥२॥
मो रच्छा निज कर दै करियै ॥
सभ बैरन को आज संघरियै ॥ (चौपई पा: १०)
समसतुल जुबां हैं ॥ कि साहिब किरां हैं ॥
कि नरकं प्रणास हैं ॥ बहिसतुल निवास हैं ॥१५५॥

हे वाहिगुरु! तू सब जीवों की जुबान है अर्थात् सब जीव तेरे द्वारा दी गई शक्ति से बोल रहे हैं। तू प्रतापी है। तू नरकों का नाश करने वाला है। तेरा निवास स्वर्ग में है अर्थात् जहां तेरा निवास है, जिस हृदय में तू बसा है, जहां तेरी सिफ्त-सलाह होती है उस घर में उस स्थान पर आनंद ही आनंद है। हे वाहिगुरु! तू सब जीवों की वाक सिद्धी है।

अत: तू समस्त गुणों की हद का स्वामी है। नरकों के भयावह दुखों को मिटाने वाला, स्वर्ग के आनंदमयी सुखों का प्रदाता है। वस्तुत: जहां भी तेरा निवास है वहां रहमतें बरसती हैं, सुखों के निर्झर बहते हैं। अत: वहां दुख, क्लेश, दरिद्र लेश मात्र भी नहीं आ सकता। भक्त रविदास जी की बाणी में यही भाव स्पष्ट होता है :

बेगम पुरा सहर को नाउ ॥
दूखु अंदोहु नही तिहि ठाउ ॥
नां तसवीस खिराजु न मालु ॥
खउफु न खता न तरसु जवालु ॥ (पन्ना ३४५)
कि सरबुल गवंन हैं ॥ हमेसुल रवंन हैं ॥
तमामुल तमीज हैं ॥ समसतुल अजीज हैं ॥१५६॥

हे प्रभु! तू समस्त स्थानों पर विचरन करने वाला है। तेरा सब जीवों में निवास है अर्थात् सब जगह तथा समस्त प्राणियों में तू ही तू समाया हुआ है। तू सबको विवेक बुद्धि बख्शने वाला है। तू सबका प्यारा है। अत: सब जीव तुझसे प्यार करते हैं तथा तू सबको प्यार करने वाला है।

परं परम ईस हैं ॥ समसतुल अदीस हैं ॥
अदेसुल अलेख हैं ॥ हमेसुल अभेख हैं ॥१५७॥

हे वाहिगुरु! तू सबसे श्रेष्ठ मालिक है। इस सृष्टि के प्रारंभ से ही तू सबका मालिक है। तेरा कोई विशेष ठिकाना नहीं अर्थात् वह प्रभु किसी खास स्थान पर नहीं रहता, क्योंकि वह

तो सब जगह रहता है। तेरा कोई चित्र भी नहीं बनाया जा सकता, क्योंकि तू पंच तत्वों के शरीर में कभी आया ही नहीं और न ही तेरा कोई विशेष पहरावा है।

प्रस्तुत बंद में कलगीधर पातशाह उस परमेश्वर को अलेख अर्थात् समस्त लेखों से रहित मानते हैं, क्योंकि संसार में समस्त जीवों के कर्मों का लेखा-जोखा है जिसे जीव को न चाहते हुए भी भुगतना ही पड़ता है। उस परमेश्वर के सिर ऐसा कोई लेखा-जोखा नहीं है। वह इन सबसे निर्लिप्त है, जैसे कि गुरु नानक पातशाह का पावन फ़रमान है :

सभना लिखिआ वुड़ी कलाम ॥
एहु लेखा लिखि जाणै कोइ ॥ (पन्ना ३)

विशेष तथ्य, सबके लेखे-जोखे लिखने वाले उस परमेश्वर के सिर पर कोई लेखा नहीं है:

ज़मीनुल ज़मा हैं ॥ अमीकुल इमा हैं ॥
करीमुल कमाल हैं ॥ कि जुरअति जमाल हैं ॥१५८॥

हे वाहिगुरु! तू धरती और आकाश, हर जगह मौजूद है। तू अत्यंत गहरा है। हे प्रभु! तू रहमतें बरसाने वाला है। तू बहादुरी एवं सौन्दर्य का स्वरूप है।

अत: वह परमेश्वर सर्वव्यापी एवं सर्व कालों में मौजूद है। तू गहरी रमज वाला है अत: तेरी गहराई को नापने का कोई पैमाना ही नहीं है। तू रहमतों का सागर है। तेरी दलेरी अकथनीय है।

कि अचलं प्रकास हैं ॥ कि अमितो सुबास हैं ॥
कि अजब सरूप हैं ॥ कि अीरतो बिभूत हैं ॥१५९॥

हे मालिक! तेरा नूर सदैव कायम रहने वाला है। तू अनंत सुगंधियों वाला है। तेरी हस्ती आश्चर्यजनक है। तेरे तेज को मापा नहीं जा सकता। तू अनन्त ऐश्वर्य का मालिक है। सर्वत्र तेरा ही प्रकाश है, यथा बाणी-प्रमाण है:

अवलि अलह नूरु उपाइआ कुदरति के सभ बंदे ॥
एक नूर ते सभु जगु उपजिआ कउन भले को मंदे ॥ (पन्ना १३४९)

कि अमितो पसा हैं ॥ कि आतम प्रभा हैं ॥
कि अचलं अनंग हैं ॥ कि अमितो अभंग हैं ॥१६०॥

हे वाहिगुरु! तेरा संसार रूपी फैलाव बेअंत है। तेरी रचना का पसार अत्यधिक है। तू स्वयं प्रकाश-स्वरूप है। तू सदैव अडोल अवस्था में टिके रहने वाला है। तेरा कोई शरीर नहीं, तू बेअंत है, तू नाश रहित स्वरूप वाला है।

उपरोक्त बंद में गुरु पातशाह उस परमेश्वर के बेअंत गुणों एवं रचना का वर्णन करते हुए यह स्पष्ट करते हैं कि वह निराकार किस तरह साकार रूप में इस जगत में विद्यमान है, जैसे कि श्री गुरु नानक देव जी का फरमान है :

सहस तव नैन नन नैन हहि तोहि कउ
सहस मूरति नना एक तुोही ॥
सहस पद बिमल नन एक पद गंध बिनु
सहस तव गंध इव चलत मोही ॥
सभ महि जोति जोति है सोइ ॥
तिस दै चानणि सभ महि चानणु होइ ॥
(पन्ना १३)

अर्थात् समस्त जीवों में व्यापक होने के कारण हजारों तेरी आंखें हैं, पर निराकार रूप में तेरी एक भी आंख नहीं है। समस्त प्राणियों में उसी परमेश्वर की ही ज्योति जग रही है। उसी की ज्योति से समस्त जीवों में प्रकाश (सूझ-बूझ) है।

मधुभार छंद ॥ त्व प्रसादि ॥
मुनि मनि प्रनाम ॥ गुनि गन मुदाम ॥
अरि बर अगंज ॥ हरि नर प्रभंज ॥१६१॥

हे वाहिगुरु! तेरी कृपा से रचित मधुभार छंद में उच्चरित बंद में कलगीधर पातशाह फरमान करते हैं कि हे परवरदिगार! सभी ऋषि-मुनि तुझे मन करके नमस्कार करते हैं।

तू सदा ही बेअंत गुणों का मालिक है। तू बड़े-बड़े शत्रुओं द्वारा भी नहीं जीता जा सकता। तू सबका मालिक है। तू सबका नाश करने वाला है। समस्त मुनि-जन, गुणी-जन उस ईश्वर को ही प्रणाम करते हैं। तू दुष्टों का संहार करने वाला है। तू सबका स्वामी है। सबको नष्ट करने की सामर्थ्य भी तुझ में ही है।

अनगन प्रनाम ॥ मुनि मनि सलाम ॥
हरि नर अखंड ॥ बर नर अमंड ॥१६२॥

हे प्रभु! अनंत जीव तुझे प्रणाम करते हैं, ऋषि-मुनि तुझे दिल से सलाम करते हैं अर्थात् मुनि-जन तुझे मन करके प्रणाम करते हैं। तू नाश-रहित नरसिंह स्वरूप है। अत: वह परमेश्वर सब मनुष्यों में श्रेष्ठ है। हे प्रभु! तू विनाश रहित है। तू सर्वाधिक शोभा वाला है। अत: उसकी शोभा अनुपम है जो किसी तरह की भी बाहरी सजावट की मोहताज नहीं। वस्तुत: उसका हर रूप विलक्षण है।

अनभव अनास ॥ मुनि मनि प्रकास ॥
गुनि गन प्रनाम ॥ जल थल मुदाम ॥१६३॥

हे परमेश्वर! तू ज्ञान का भंडार है। तू नाश रहित है। ऋषियों-मुनियों के हृदय में भी तू ही ज्ञान का प्रकाश करने वाला है। हे बेअंत गुणों के मालिक परमात्मा! तू जल-थल सर्वत्र मौजूद है।

उपरोक्त बंद में कुछ चिंतकों ने 'अनभव' शब्द के अर्थ 'जन्म से रहित' माना है। अर्थात् हे प्रभु! तू जन्म एवं नाश रहित है। तू हमेशा हर जगह मौजूद है।

अनछिज्ज अंग ॥ आसन अभंग ॥
उपमा अपार ॥ गति मिति उदार ॥१६४॥

हे वाहिगुरु! तेरा स्वरूप कभी पुराना होने वाला नहीं है। अर्थात् तू नित्य ही नया है। तेरा आसन (ठिकाना) सदा ही स्थिर है। तेरी महिमा अपरंपार है। तेरा स्वरूप पूर्णतया जानना किसी के वश की बात ही नहीं है। तेरी उदारता को कोई मुकम्मल तौर पर नहीं जान सकता।

प्रस्तुत बंद में गुरु कलगीधर पातशाह ने उस परमेश्वर को कभी भी क्षीण न होने वाला, सदैव अटल सिंहासन वाला मालिक कहा है तथा जिसका स्वरूप पल-पल नवीनता लिए हुए है जैसा कि लोक-प्रचलित किवदंति है कि शेषनाग अपनी हजार जिह्वा से हर पल उस ईश्वर का नित्य नया नाम उच्चारण करता है लेकिन वह शेषनाग भी उस परमेश्वर का अंत नहीं पा सका और न ही उस परमेश्वर के सम्पूर्ण नामों का उच्चारण हो सका है। गुरदेव ऐसे अनंत-बेअंत नामों के नित्य नवीन स्वरूप को नमन करते हैं।

आवाज़-प्रदूषण फैलाता है कई रोग

(पृष्ठ ८७ का शेष)

आवास से दूर स्थापित किया जाना चाहिये। खोजों से ज्ञात हुआ है कि वृक्ष आवाज़-प्रदूषण को कम करने में सहायक होते हैं। अधिक से अधिक वृक्ष लगाकर आवाज़-प्रदूषण को कम किया जा सकता है। प्रदूषण को संतुलन में करने में वैसे भी वृक्षों की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण होती है।

आवाज़-प्रदूषण रोकने के लिए प्रभावशाली कानून बनाये जाने चाहियें, कानून जिनका पालन भी हो। आज आवश्यकता यह है कि लोगों में साधारण व्यक्ति को शामिल करके आवश्यक सफलता प्राप्त की जा सकती है।

-सधन्यवाद : रोज़ाना अजीत (पंजाबी)
अनुवादक : सुरिंदर सिंघ निमाणा।

प्रदूषण की समस्या

-श्री सुरजीत दुखी*

प्रदूषण की समस्या एक अभिशाप है।
वातावरण के संतुलन को यह करती खराब है।
स्वास्थ्य के ऊपर इसका बहुत बड़ा कुप्रभाव है।
श्वास-प्रणाली में इससे आक्सीजन का अभाव है।
बढ़ती आबादी इसका प्रमुख आधार है।
प्रगति का परिणाम, वातावरण खराब है।
उन्नत देश भी इस समस्या से चिन्तित हैं।
पर्यावरण सुधारने के लिए एक मत हैं।
आओ! इसके कारणों पर मिलकर विचार करें।
जहां तक हो सके इनका उपचार करें।
जटिल समस्या को आओ, कम करें।
संतुलन कायम करने को, जो कर सकते हैं हम करें।
प्रगति के इस नित्य बढ़ते परिवेश में,
वाहनों को कम करना भले ही असंभव है
लेकिन इनमें पड़ने वाले पेट्रोल की शुद्धता,
एवं वाहनों का रखरखाव तो संभव है।
फैक्ट्रियों का धुआं व गंदा पानी, नदियों को ढाब कर देता है।
प्रदूषित गैसों का प्रवाह वातावरण को, खराब कर देता है।
चिमनियों के ढांचे और रखरखाव के ढंग बताए गए हैं।
इसके लिए केन्द्र और राज्यों में पौल्यूशन संघ बनाए गए हैं।
प्रगति के नाम पर वृक्षों का काटना आम है।
क्योंकि इसमें लकड़ी के प्रयोग का बड़ा काम है।
लेकिन जो जितने काटे उससे दुगने वृक्ष लगाना उसका कर्त्तव्य-कर्म है।
जो खराब करे स्थिति उसको सुधारना भी उसका धर्म है।
शोर-स्तर का बढ़ना एक बहुत बड़ा अभिषाप है।
इससे सुनने की शक्ति को हो जाता ज्वर व ताप है।
प्रैशर हार्न फाड़ते कान, मरीजों का संताप है।
स्कूलों, अस्पतालों से गुजरते, ऐसा करना पाप है।
पर्यावरण में बढ़ते हुए मिट्टी के कण भी,
आंख, नाक, कान और फेफड़ों को करते खराब हैं।
रोग बढ़ रहे हैं, आयु घटती जा रही है,
असंतुलित हो गया, मनुष्य के जीने का हिसाब है।
रफ्तार का बढ़ना भी, इसका एक कारण है।
रोज होने वाली दुर्घटनाएं, इसका उदाहरण हैं।
गति के ऊपर नियंत्रण करके स्थिति को सम किया जा सकता है।
अक्समात मौत के अनुपात को, कम किया जा सकता है।
प्रदूषित गैसें, नाइट्रोजन और सल्फर,
पर्यावरण के संतुलन को बिगाड़ रही हैं।
मनुष्य इनके प्रति उदासीन हो गया है,
और ये प्रदूषण की समस्या को उभार रही हैं।
ग्लोबल वार्मिंग को यही घटक जन्म दे रहे हैं।
वैज्ञानिक ठीक ही भावी पर्यावरण से चिंतित हो रहे हैं।
यह असंतुलन ही सुनामी, भूकंप, अधिक वर्षा और सूखे का कारण है।
संतुलन बनाने हेतु रखना सम्मुख, इसका उदाहरण है।

(शेष पृष्ठ १०७ पर)

*३३२/९, गली जट्टां, अन्दरून लाहौरी गेट, श्री अमृतसर।

गुरु-गाथा-८

डाली से मत तोड़ हमें!

*-डॉ. अमृत कौर**

अमृतमयी प्रातः काल का सुहावना समय है। श्री गुरु हरिराय साहिब जी बाग में सैर कर रहे हैं। चारों ओर फूलों की बहार छाई है। रंग-बिरंगे फूल मस्ती में झूम रहे हैं। फूलों की भीनी-भीनी खुशबू ने वातावरण को मदमस्त बना दिया है। प्रकृति के इस रमणीय दृश्य को देखकर श्री गुरु नानक देव जी की ये पंक्तियां श्री गुरु हरिराय साहिब जी के मुख से स्वयंमेव फूट पड़ीं :

बलिहारी कुदरति वसिआ ॥
तेरा अंतु न जाई लखिआ ॥ (पन्ना ४६९)

वस्तुतः कुदरत का यह मार्मिक दृश्य प्रभु की अपनी ज्योति और सुंदरता का ही तो प्रस्फुटन है। उनकी लिव प्रभु-चरणों में जुड़ गई। बाग में चहल-कदमी करते उनके विशाल-आकारी कुर्ते में अटक कर एक फूल डाली से टूट कर पत्ती-पत्ती हो गया। फूल को डाली से टूटा देख कर उदासी के बादल उनके मुख पर मंडराने लगे। उनकी अंतरात्मा से ये शब्द स्वयंमेव फूट पड़े, "आह! कितना बड़ा पाप हो गया है मुझसे! इन फूलों ने मेरा क्या बिगाड़ा है कि मैंने इनको पत्ती-पत्ती कर डाला है? इनका जीवन तो परोपकार का जीवन है। ये तो अपनी सुंदरता और सुगंध के द्वारा सम्पूर्ण वातावरण को महका रहे हैं।"

इस अवसर पर संयोग से श्री गुरु हरिगोबिंद साहिब जी उधर से आ निकले। उनको पश्चाताप में डूबा देख सम्पूर्ण वृत्तान्त पूछा और कहा, "जब बड़ा कोट (कर्त्तव्य की पोशाक) पहना जाए तो दूसरों के अधिकारों का ध्यान भी रखना चाहिए। जब संसार रूपी उपवन में विचरण करना है तो अपने आप को संभाल कर रखना चाहिए। हमारा कर्त्तव्य संसार की सुंदरता को बढ़ाना होना चाहिए, घटाना नहीं।"

इस प्रकार अपने पोते के ऐसे ही गुणों अथवा रूहानी एवं नैतिक अगुआई आदि विशेषताओं को दृष्टि में रखते हुए श्री गुरु हरिगोबिंद साहिब जी ने (गुरु) हरिराय साहिब जी को चौदह वर्ष की आयु में गुरगद्दी सौंप दी।

**१५४, ट्रिब्यून कालोनी, बलटाना जीरकपुर-१४०६०३*

प्रदूषण की समस्या *(पृष्ठ १०६ का शेष)*

पर्यावरण को शुद्ध रखने के लिए, आओ अनुसरण करें।
प्रतिदिन जो स्वच्छता हेतु विधान बनाया था,
निर्मल जीवन-यापन, सादा जीवन, उसका फिर आचरण करें।
मध्य युग में वातावरण, संतुलन में आया था।
आओ! हम चिंतन करें, पर्यावरण की समस्या पर,
इसके समाधान के उपायों पर विचार करें।
यथासंभव अपना कर्त्तव्य निभाएं इस कद्र 'दुखी',
जागृत हों इसके संतुलन के लिए, हर स्तर पर यथा संभव कर्म करें।

दशमेश पिता के ५२ दरबारी कवि-१८

बहुभाषी विद्वान एवं कवि—चंदा कवि

*-डॉ. राजेंद्र सिंघ**

दशमेश पिता साहिब श्री गुरु गोबिंद सिंघ जी के दरबारी कवियों एवं विद्वानों में से एक प्रमुख नाम चंद कवि या चंदा कवि का है। कुछ स्थानों पर इन्हें चंद कवि कहा गया है परन्तु 'महान कोश' में भाई कान्ह सिंघ नाभा ने इनका नाम चंदा ही दर्ज किया है।

चंदा कवि स्वर्णकार श्रेणी से संबंध रखते थे और इनके साहित्यिक गुरु का नाम मेघराज था। गुरु-दरबार की साहित्यिक उपलब्धियों से आकर्षित होकर ये दशमेश पिता के आश्रय में आ गये।

चंदा कवि ने दशमेश पातशाह के दरबार में रहते हुए 'महाभारत' के 'कर्ण पर्व' और 'उदयोग पर्व' का अनुवाद किया। इसके अतिरिक्त दो और पुस्तकें—'प्रीछा गुरु गोबिंद सिंघ' एवं 'त्रिया चरित्र' भी चंदा कवि की ही लिखी गई हैं। कई साहित्यकारों का मत है कि सन् १७०३ ई. में रचा गया प्रसिद्ध राम-काव्य 'रामायण नाटक' भी इन्हीं की रचना है।

'त्रिया चरित्र' चंदा कवि की एक प्रसिद्ध रचना है। इस रचना की हस्तलिखित प्रति सिख रेफ्रेंरस लायब्रेरी श्री अमृतसर में सुरक्षित है। यह रचना अधूरी है। इसके पहले के ५७ पन्ने गुम हैं। इस कृति में कवि ने चालाक स्त्रियों की चालाकी और दुराचार का वर्णन करते हुए उनसे बचने की सीख दी है। अपनी रचना के अंत में कवि श्रेष्ठ एवं सदाचारी स्त्रियों की उत्तमता को भी स्वीकार करता है।

उपर्युक्त रचनाओं के अलावा इनके कुछ फुटकल कबित्त-सवैये आदि भी मिलते हैं। भाषा की दृष्टि से चंदा कवि एक विद्वान् और सुलझे हुए कवि दिखते हैं। इनकी भाषा में फारसी का काफी प्रयोग हुआ है। भाषा सरल और खड़ी बोली के अधिक निकट प्रतीत होती है। उस काल की प्रमुख काव्य-भाषा ब्रज थी, सो चंदा कवि के यहां ब्रज-भाषा का भी काफी प्रयोग हुआ है।

चंदा कवि दशमेश पिता के व्यक्तित्व से बहुत प्रभावित थे। इन्होंने गुरु साहिब की स्तुति में अनेक कबित्त-सवैये रचे। इन्हें देखने से ज्ञात होता है कि चंदा कवि गुरमति विचारधारा एवं गुरु-परम्परा से पूरी तरह परिचित एवं प्रभावित थे। दशमेश पिता श्री गुरु गोबिंद सिंघ जी की स्तुति करते हुए चंदा कवि कहते हैं :

कलि में भयो एक मरद नानक है नाम जाको,
ता ते भए नौ एक ज्योति सुहायो है।
बहुर गुरु गोबिंद सिंघ कलगी अवतार होय,
खड़गधारी होय महल दसवां कहायो है।
तेईयन में आए बीच पैठे समाए गुरु,
दुनिया बसाए जाए पांवटा बसायो है।
सति गुर बचन सार मरद गुरु विचार,
गोबिंद सिंघ कृपा ते दास चन्द कहि जु नायो है।

चंदा कवि कहते हैं कि कलियुग में एक मर्द श्री गुरु नानक देव जी हुए हैं जिनसे आगे और नौ ज्योतियां जगीं, सुशोभित हुईं और फिर दसवीं ज्योति के रूप में खड़गधारी कलगीधर साहिब श्री गुरु गोबिंद सिंघ जी का अवतरण हुआ। गुरु जी ने पांवटा में नई दुनिया बसाई है। गुरु जी के वचन सार-युक्त और अटल हैं और उन्हीं की कृपा से दास कवि चंद का नाम है।

बहुभाषी विद्वान चंदा कवि दशमेश पिता की कृपा पाकर एक उत्कृष्ट कवि के रूप में सदैव के लिए इतिहास के पन्नों पर दर्ज हो गये। ❀

**१/३३८, 'स्वप्नलोक', दशमेश नगर, मंडी मुल्लांपुर दाखा (लुधियाना)।*

धर्म प्रचार कमेटी द्वारा छत्तीसगढ़ प्रांत में चलाई सिखी प्रचार लहर को बड़ा सकारात्मक प्रतिउत्तर, ३०० प्राणी गुरु वाले बने

अमृतसर : २९ दिसंबर। शिरोमणि गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी के प्रधान जत्थेदार अवतार सिंघ के दिशा-निर्देशों के अनुसार देश भर में चलाई गई धर्म प्रचार लहर के प्रति संगतों में भारी उत्साह है और गुरमति समागमों के दौरान प्रमुख धार्मिक शख़्सियतों की प्रेरणा का सदका बड़ी संख्या में संगतें खंडे-बाटे की पाहुल छक कर गुरु-परिवार के साथ जुड़ रही हैं। इन विचारों का प्रगटावा तख़्त श्री दमदमा साहिब तलवंडी साबो के जत्थेदार सिंघ साहिब ज्ञानी बलवंत सिंघ नंदगढ़ ने छत्तीसगढ़ राज्य के रायपुर में स्थापित सिख मिशन की तरफ से आयोजित गुरमति समागम के समय जुड़ी संगतों को संबोधित करते हुए किया। यह जानकारी धर्म प्रचार कमेटी के सदस्य स. भरपूर सिंघ खालसा ने टेलीफोन पर दी। उन्होंने बताया कि समागम के दौरान सिंघ साहिब ज्ञानी बलवंत सिंघ नंदगढ़ की प्रेरणा का सदका २५० प्राणी खंडे-बाटे की पाहुल छक गुरु वाले बने। उन्होंने बताया कि प्रचार लहर के दूसरे चरण के गुरमति समागम के दौरान १०० प्राणी खंडे-बाटे की पाहुल छक गुरु-परिवार में शामिल हुए। अमृत का बाटा तख़्त श्री दमदमा साहिब से पहुंचे पांच प्यारे साहिबान ने तैयार किया। अमृत-अभिलाषियों को धर्म प्रचार कमेटी (शिरोमणि गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी) की ओर से भेटा रहित ककार दिये गए। उन्होंने बताया कि उपक्षेत्र की संगतों में इस लहर के प्रति बड़ा उत्साह है और उपक्षेत्र निवासियों ने शिरोमणि कमेटी के इन कार्यों की जोरदार प्रशंसा की कि शिरोमणि कमेटी इन पिछड़े उपक्षेत्रों की तरफ विशेष ध्यान दे रही है। उन्होंने बताया कि छठे पातशाह श्री गुरु हरिगोबिंद साहिब के समय से गुरु-घर के साथ जुड़े सिकलीगर तथा सतनामिए कबीलों में से बड़ी संख्या में प्राणी खंडे-बाटे की पाहुल छक कर गुरु-परिवार के सदस्य बने हैं।

जत्थेदार भरपूर सिंघ ने बताया कि रायपुर के इर्द-गिर्द के उपक्षेत्रों के सिख युवकों की क्रिकेट खेल की प्रतियोगिताओं में २० के करीब टीमों ने भाग लिया। इस खेल प्रतियोगिता की विशेषता यही थी कि खेल प्रतियोगिता में भाग लेने वाले सभी खिलाड़ी केशाधारी थे। खेल प्रतियोगिता के उपरांत आयोजित समागम के दौरान सिंघ साहिब ज्ञानी बलवंत सिंघ नंदगढ़ ने खिलाड़ियों को अपने धर्म में परिपक्वता तथा लग्न की प्रशंसा करते हुए और अधिक उत्साहित करने के लिए सम्मानित भी किया। इन समागमों के दौरान धर्म प्रचार कमेटी के स. भरपूर सिंघ खालसा, धर्म प्रचार कमेटी के सचिव स. वरियाम सिंघ, सिख मिशन रायपुर के आनरेरी इंचार्ज स. गुरमीत सिंघ ने संगतों के साथ विचार सांझे किये। समागम को सफल बनाने में स. जगजीत सिंघ, स. बलविंदर सिंघ, स. जोगिंदर सिंघ, स. प्रगट सिंघ, स. रजिंदर सिंघ और स. मनमोहन सिंघ ने विशेष योगदान डाला।

वेनकूवर से फुटबाल टीम के खिलाड़ी श्री हरिमंदर साहिब में नतमस्तक हुए

अमृतसर : २९ दिसंबर। सिख टैंपल अंडर फिफ्टीन फुटबाल वेनकूवर की टीम के खिलाड़ी और प्रबंधक, गत दिन रुहानियत के केंद्र सचखंड श्री हरिमंदर साहिब में नतमस्तक हुए